

Technická univerzita v Liberci

FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ-HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ

Katedra: Pedagogiky a psychologie

Studijní program: Vychovatelství

Studijní obor: Pedagogika volného času

PROMĚNY MOTIVACE A SEBEREALIZACE VE
VZTAHU K SPORTOVNÍMU NADÁNÍ U DĚTÍ
CHANGES IN MOTIVATION AND
SELF – REALIZATION IN RELATION TO
THE SPORTING TALENTS OF CHILDREN

Bakalářská práce: 09 – FP – KPP - 74

Autor:

Helena Mráková

Podpis:

.....

Vedoucí práce: Vladimír Píša, PhDr.

Konzultant:

Počet

stran	grafů	obrázků	Tabulek	pramenů	Příloh
63	11	4	0	41	1 CD

V Liberci dne: 20. 4. 2011

TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI

FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ-HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ

Katedra pedagogiky a psychologie

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(pro bakalářský studijní program)

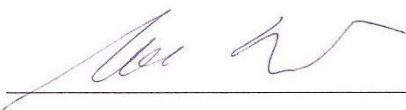
pro (kandidát): Helena Mráková
adresa: Žižkova 261, Bakov nad Jizerou, 294 01
studijní obor (kombinace): Pedagogika volného času
Název BP: **Proměny motivace a seberealizace ve vztahu k sportovnímu nadání u dětí**
Název BP v angličtině: **Changes in motivation and self-realization in relation to the sporting talents of children**
Vedoucí práce: PhDr. Vladimír Piša.
Konzultant:
Termín odevzdání: květen 2011

Poznámka: Podmínky pro zadání práce jsou k nahlédnutí na katedrách. Katedry rovněž formulují podrobnosti zadání. Zásady pro zpracování BP jsou k dispozici ve dvou verzích (stručné, resp. metodické pokyny) na katedrách a na Děkanátě Fakulty přírodovědně-humanitní a pedagogické TU v Liberci.

V Liberci dne 22.11.2010



děkan



vedoucí katedry

Převzal (kandidát): Helena Mráková

Datum: 2.12.2010

Podpis: Mráková

Název BP:	PROMĚNY MOTIVACE A SEBEREALIZACE VE VZTAHU K SPORTOVNÍMU NADÁNÍ U DĚTÍ
Vedoucí práce:	PhDr. Vladimír Píša
Cíl:	Zjistit, jak děti různého věku vnímají proměny své motivace a seberealizace ve vztahu ke stavu jejich sportovního nadání, jaké jsou charakteristické motivy pro jejich zapojení do aktivního sportování, co jim sport přináší a jaké mají cíle své sportovní seberealizace.
Požadavky:	Zpracovat přehled teorií motivace ve vztahu ke sportovnímu nadání dětí, aplikovat vybrané výzkumy motivace a seberealizace v prostředí konkrétního sportovního odvětví, resp. oddílu, obohatit dosavadní výzkumy o vlastní dílčí výzkum, vyvodit závěry a doporučení pro současnou praxi v konkrétním oddíle a pokusit se o jejich zobecnění.
Metody:	Analýza přístupné literatury a dalších zdrojů v oblasti vývoje sportovního nadání u dětí z psychologického hlediska, doplněná o problematiku aktivního prožívání volného času u dětí. Kvantitativní výzkum založený na dotaznících vlastní konstrukce doplněný narativním kvalitativním pohledem (kazuistikou).
Literatura:	<p>HŘÍBKOVÁ, Lenka. Nadání a nadání : pedagogicko-psychologické přístupy, modely, výzkumy a jejich vztah ke školské praxi. Vyd. 1. Praha : Grada, 2009. 255 s. Psyché. Dostupné na internetu: . ISBN 978-80-247-1998-6 (brož.).</p> <p>ROGERS, Carl Ransom. Způsob bytí : klíčová témata humanistické psychologie z pohledu jejího zakladatele. Vyd. 1. Praha : Portál, 1998. 292 s. Spektrum ; 4. ISBN 80-7178-233-5.</p> <p>ŘÍČAN, Pavel. Psychologie osobnosti : [obor v pohybu]. Vyd. 5., rozš., V Grada Publishing 1. Praha : Grada, 2007. 196 s. Psyché. ISBN 978-80-247-1174-4 .</p> <p>SLEPIČKA, Pavel - HOŠEK, Václav - HÁTLOVÁ, Běla. Psychologie sportu. Vyd. 1. Praha : Karolinum, 2006. 230 s. ISBN 80-246-1290-9 (brož.).</p> <p>VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie. Vyd. 1. I., Dětství a dospívání. Praha : Karolinum, 2005. 467 s. ISBN 80-246-0956-8 (váz.).</p> <p>VÁGNEROVÁ, Marie - KLÉGRVÁ, Jarmila. Poradenská psychologická diagnostika dětí a dospívajících. Vyd. 1. Praha : Karolinum, 2008. 538 s. ISBN 978-80-246-1538-7.</p>

Čestné prohlášení

Název práce: Proměny motivace a seberealizace ve vztahu
k sportovnímu nadání u dětí

Jméno a příjmení autora: Helena Mráková

Osobní číslo: P07001089

Byl/a jsem seznámen/a s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména § 60 – školní dílo.

Prohlašuji, že má bakalářská práce je ve smyslu autorského zákona výhradně mým autorským dílem.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracoval/a samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím bakalářské práce a konzultantem.

Prohlašuji, že jsem do informačního systému STAG vložil/a elektronickou verzi mé bakalářské práce, která je identická s tištěnou verzí předkládanou k obhajobě a uvedl/a jsem všechny systémem požadované informace pravdivě.

V Liberci dne: 20. 4. 2011

Helena Mráková

Poděkování

Děkuji vedoucí bakalářské práce PhDr. Vladimíru Pišovi za cenné rady, morální podporu, odborné připomínky i kritiky při tvorbě bakalářské práce.

Zároveň chci poděkovat celé své rodině a přátelům za podporu v průběhu svého dosavadního studia.

Anotace

Bakalářská práce je zaměřena na sportovně nadané děti středního školního věku a proměny jejich motivace a sebevědomí ve sportovním odvětví házené. Teoretická část vychází z vývoje sportu obecně, věnuje se popisu házené a dále charakterizuje dítě středního školního věku a osobnost sportovce – pojmy vlohy, schopnosti, nadání, emoce, motivace a jiné. V další části jsou analyzovány vnější vlivy – rodina, škola, sportovní kolektiv, trenér. Praktická část vychází z výzkumu povědomí dětí o jejich sportovním nadání.

Klíčová slova:

Nadání

Národní házená

Osobnost sportovce

Sport

Sportovní kolektiv

Střední školní věk

Talent

Trenér

Annotation

Bachelor thesis is focused on talented children in the middle school age and on changes in their motivation and self-confidence in handball. Theoretical part of the thesis is based on the evolution of sport in general. The thesis deals with a description of handball and defines middle school age children and the personality of a sportsman – gift, abilities, talent, emotions, motivation and other. In the next part are analyzed – family, school, sport society, coach are analyzed. The experimental part focuses on research of children's consciousness about their sport talent.

Key expression:

Coach

Geniuses

Middle school age children

National handball

Personality of a sportsman

Sports

Sports team

Talent

Annotation

Die Bachelorarbeit ist auf sportlich begabte Kinder im Durchschnitts- und Schulalter orientiert und auf ihre Motivation und Selbstbewusstsein im sportlichen Bereich Handball. Der theoretische Teil geht von der Entwicklung des Sports allgemein aus, er widmet sich der Beschreibung des Handballs und weiter charakterisiert er das Kind im Durchschnittsalter und die Persönlichkeit des Sportlers – die Begriffe Begabungen, Fähigkeiten, Talent, Emotionen, Motivation und andere. Im weiteren Teil werden die externen Einflüsse analysiert – die Familie, Schule, das sportliche Kollektiv, der Trainer. Der praktische Teil geht aus der Untersuchung des Kenntnis der Kinder über ihre sportliche Begabung aus.

Schlüsselworte:

die Begabung

der Handball

das Kind im Durchschnittsalter

die Persönlichkeit des Sportlers

der Sport

das sportliche Kollektiv

das Talent

der Trainer

Obsah

I.	ÚVOD	11
II.	TEORETICKÁ ČÁST	12
1.	Sport obecně.....	12
1.1	Historie sportu	12
1.2	Typologie sportů	13
1.3	Maskulinita a feminita ve sportu	14
2.	Národní házená.....	15
2.1	Historie	15
2.2	Národní házená není mezinárodní házená.....	16
2.3	Pravidla ve zkratce	17
2.4	Systém házené v ČR	18
3.	Vývoj dítěte staršího školního věku	19
3.1	Tělesný vývoj	19
3.2	Vývoj inteligence	20
3.3	Vývoj pohybových schopností	20
4.	Osobnost sportovce	22
4.1	Vlohy	22
4.2	Schopnosti	22
4.3	Talent a nadání.....	23
4.4	Emoce.....	26
4.4.1	Emoce ve sportu	26
4.4.2	Úzkost a strach při sportu	27
4.4.3	Radost a sport.....	28
4.5	Motivace	28
4.5.1	Sportovní motivace	29
4.5.2	Aspirace ve sportu	29
4.5.3	Výkonová motivace.....	30
4.6	Osobnost sportovce v širším smyslu	30
4.6.1	Pojem osobnost	31
4.6.2	Sportovní charakter	32
4.7	Sebepojetí a sebehodnocení	32
4.7.1	Sebehodnocení ve sportu	34
5.	Vnější vlivy	35
5.1	Úloha rodiny.....	35
5.2	Úloha školy.....	36
5.3	Team a osobnost trenéra	37
5.3.1	Team jako kolektiv	38
5.3.2	Osobnost trenéra	39

III. PRAKTICKÁ ČÁST	41
6.1 Cíle výzkumu	41
6.1.1 Zkoumaná skupina	41
6.2 Metody výzkumu	41
6.2.1 Dotazník	41
6.3 Stanovení výzkumných předpokladů	42
6.3.1 Předpoklad č. 1	43
6.3.2 Předpoklad č. 2	43
6.3.3 Předpoklad č. 3	43
6.4 Realizace výzkumu	43
6.4.1 Předvýzkum	43
7. Vyhodnocení výzkumného šetření	44
7.1 Ověření předpokladu č. 1	44
7.2 Ověření předpokladu č. 2	46
7.3 Ověření předpokladu č. 3	50
7.4 Shrnutí výsledků z výzkumu	52
7.5. Kazuistika	52
7.5.1. Kazuistika Moniky B.	53
8. Doporučení a návrh opatření	56
8. 1 Návrh aktivit pro tréninky:	57
IV. ZÁVĚR	58
Seznam použitých zdrojů	59
Přílohy	62

I. Úvod

V následující bakalářské práci jsem se rozhodla věnovat se sportovně nadaným dětem. K tomuto tématu mě přivedla dlouhodobá zkušenost s dětmi ve sportovním odvětví. Dnešní společnost má široký výběr sportovních aktivit a zvyšují se nároky na sportovní výkony a tím i na sportovce. Dětské sportovci se vysokým nárokům přizpůsobují, a pokud mají nadání či talent, mají lepší předpoklady být dobrými sportovci.

Zabývám se dětmi staršího školního věku v národní házené, kterou hraji devátým rokem. Házené jsem věnovala veškerý volný čas a v budoucnu věřím, že se jí budu i nadále věnovat jako hráčka, ale i trenérka. Házená patří k náročným a rizikovým sportům, ale zároveň dokáže člověku poskytnout neopakovatelné zážitky na hřišti i mimo něj.

V teoretické části své práce se věnuji vnějším vlivům, které působí na dítě, a dále se zabývám osobností sportovce. V praktické části zkoumám působení nadání či talentu dítěte na sebevědomí a důležitost motivace pro kvalitní sportovní výkony.

II. Teoretická část

1. Sport obecně

V této části se soustředím na historii vzniku lidské motoriky a sportu, typologii sportů a s tím související rozdíly mezi vývojem mužského a ženského sportu.

1.1 Historie sportu

Sportovní odvětví by se nemohlo vyvíjet bez lidské motoriky, která se vyvíjela určitým směrem. Člověk je na vrcholu živočišné soustavy. Od zvířete se člověk liší kvalitativně vyšší nervovou činností, druhou signální soustavou. *Vyvinula se u něj abstraktní myšlení a článkovaná řeč, od samých počátků se zdokonalovala účelná skupinová spolupráce, zvláště při loveckých činnostech. Práce rukou, činnost mozku a mluvních orgánů, to vše se pod tlakem potřeb společenstva a na principu výběru zdokonalovalo. Měnila se celkově motorika našich předků.*¹

Postupně vznikaly zábavné pohybové hry, nápodoby hlavně loveckých a bojových sportů, také spontánní rytmické aktivity taneční. Od těchto aktivit bylo blízko k pohybové soutěživé exhibici. Z některých činností se vyvinuly rituály a nabývaly společenské funkce. Všechny rituály se stávají součástí slavností až už královských (turnaje) či lidových (taneční reje). (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 11 – 12).

Od starověku začíná člověk rozvíjet své fyzické a motorické schopnosti a dovednosti naplno. *„Dodnes se zachovala tisíciletá tradice prastarých systémů indické jógy či čínské kun – fu s množstvím nejrůznějších variací a odnoží. Všem je společné chápání propojenosti tělesného s duševním a naopak. I u kořenů starověké evropské tradice najdeme ideu helénské kalokagathie, harmonie tělesných a duševních kvalit.*²

¹NOVOTNÝ, F. *Stručný přehled dějin tělesné výchovy a sportu: magisterské studijní programy: bakalářské studijní programy: studijní opora pro prezenční i kombinovanou formu studia*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2006. 4 s. ISBN 80-7044-833-4.

²SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 19 s. ISBN 80-246-1290-9.

Křesťanství povýšilo víru v Boha a všechno související s křesťanstvím nad všechno ostatní a věci tělesné se dostaly na „vedlejší kolej“ nebo do opovržení pro svoje souvislosti s hříšnými potřebami. Ve druhé polovině 19. st. sport začíná nabývat moderní podoby a pol.světové válce začínají vznikat první vysoké školy se sportovní a tělovýchovnou orientací. Po druhé světové válce dochází k rozmachu olympijských sportů (hokej, fotbal) a sport se stává profesionální záležitostí. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 20 – 21).

1.2 Typologie sportů

Sporty se třídí podle času, prostředí, počtu lidí a organizační povahy (zimní, letní, sálové, míčové, pálkovací, jezdecké, olympijské,...). Skupiny se prolínají a překrývají. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 24).

Další dělení sportů může být: Senzorické – jsou zde vysoké nároky na koordinaci pohybu, hlavně ruky. Jedná se o lukostřelbu, kuželky, golf,... Esteticko-koordinační – důraz je kladen na ladné provedení pohybů. Jedná se o moderní gymnastiku, krasobruslení, skoky do vody,... Sporty rizikové – u těchto sportů je důležitá odvaha, nezávislost a agresivita. Jedná se o horolezení, potápění, skoky na lyžích,... Poslední jsou sporty anticipační – v těchto sportech se využívá předvídavosti děje. Anticipační sporty se dělí na kolektivní a individuální. V individuálních sportech se předvídá soupeř a řadíme sem sporty, jako je judo, šerm, tenis,... U kolektivních sportů se předvídá aktivita spoluhráčů a patří sem sporty jako fotbal, házená, hokej,...³

Sporty lze ještě rozdělit: Senzomotorické – zaměřené na jemnou koordinaci „oko – ruka“ a na ladné provedení pohybů. Funkčně – mobilizační – mající vysoké nároky na mobilizaci energetických funkcí sportovce. A anticipační – založené na předvídání dějů a tvořivé řešení problémových úloh. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 25).

³ <http://is.muni.cz/> [online]. Poslední úpravy 4. 10. 2010 [cit. 2011-03-05]. Psychologická příprava. Dostupné z WWW: <http://is.muni.cz/do/1499/el/estud/fsps/js09/sylabus/web/pdf/6.3._Psychologicka_priprava.pdf>.

1.3 Maskulinita a feminita ve sportu

Muži a ženy jsou velmi rozdílní ve své fyziologii a myšlenkových pochodech, proto jsou jejich sportovní potřeby různé. Mezi nejsilnější rozdíly patří hormony, které určují maskulinitu nebo feminitu.

Ženy mají lepší předpoklady k obratnostním aktivitám a činnostem, kde je základem rovnováha. Naopak jsou hůře vybaveny k rychlostně - silové pohybové činnosti. Tyto předpoklady ženy mají, protože jsou menší, mají menší hmotnost, mají níže položené těžiště, nižší krevní tlak a další odlišnosti od mužů. Proto ženy vynikají od nepaměti v tanečních a pohybových aktivitách a muži v silových sportech.⁴

Obě pohlaví jsou od útlého dětství odlišována výchovou, socializací a rolemi. *Chlapci jsou výchovou připravováni na podávání výkonu, vystavení riziku, v němž nemusí uspět, a proto je důležité, aby se s případnými neúspěchy dokázali vyrovnat. Záměrně je citové prožívání bagatelizováno, vytěšňováno. Chlapci se učí zlehčovat vlastní pocity i vnímané pocity druhých. Považují projevování pocitů za nedůležité, nevhodné, nedůstojné pro správného muže. Čerpají svoji hrdost ze soběstačnosti, nezávislosti a výkonnosti.*⁵

Ženy budují a udržují emoční vztah. Primární ženská vlastnost je schopnost vcítit se do druhé osoby. Ženy jsou empatičtější, a proto prožívají silně úspěchy i nezdary. Tyto a jiné rozdíly se promítají do průběhu sportovní kariéry. Ženy snadněji přijímají role a proto jejich výkonnost je vyšší než u mužů. Vrcholové sportovkyně nechtějí být negativně hodnoceny, a pokud cítí, že jejich výkonnost klesá, zanechávají sportovní kariéry.

Muži jsou pod neustálým tlakem dokazování vlastní mužnosti. Neustále mezi sebou soupeří a neúspěch je ještě více motivuje k vyšším výkonům. Mnoho sportovců po svém výkonnostním vrcholu plánuje odejít z „výslunní“, ale nedokáže to, neustále to odkládá nebo se vrací do nižší soutěže, protože pro muže konec sportovní kariéry znamená hluboký sociální i existenční pád. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 96).

⁴ *Www.fitplus.cz* [online]. Poslední úpravy 11. 08. 2010 [cit. 2011-01-02]. Ženy sportovkyně - V čem dávají ženy chlapům na zadek?. Dostupné z WWW: <<http://www.fitplus.cz/trenink/zeny-sportovkyně-v-cem-davaji-zeny-chlapum-na-zadek>>.

⁵ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 94 – 95 s. ISBN 80-246-1290-9.

2. Národní házená

V této kapitole se budu zabývat sportem národní házená. Házená se stala mým životním stylem, ve kterém se pohybuji přes půl života. Má práce je zaměřená na děti a lidi z prostředí národní házené, proto jí věnuji určitou část své bakalářské práce.

2.1 Historie

Z historie národní házené jsem vybrala nejdůležitější mezníky událostí pro tento sport a jeho vývoj.

Václav Karas, první profesor, ji v začátcích nazval „Vrhaná s přenášením“ a popsal ji v červnu 1905. Hráčů bylo devět a střílelo se do zmenšených branek na kopanou. Druhým, kdo zasáhl do hry, byl Josef Klenka, neúnavný propagátor her mládeže. Místo fotbalových branek zavedl terče, polepené papírem jako šachovnice. Po každém gólu, tj. protržení kruhu, se dal nový terč. Družstva byla šestičlenná a míč se „mohl honit rukama“, což byl výraz pro driblink. Konečnou úpravu udělal učitel tělocviku Antonín Kryštof. Nejprve ji nazval „Cílová“, ale potom se vrátil k brankám a hru nazval „Házená“. Družstva byla sedmičlenná. Položil také první organizační základy hry ustavením prvního ústředí házené, „Svazové komise kroužků házené“ v Praze. V roce 1911 Český olympijský výbor zařadil házenou do programu IV. všesokolského sletu.⁶

Česká házená se rozšířila i do Ruska a bývalé Jugoslávie. V roce 1920 měl Československý svaz házené 167 klubů a 2520 hráčů a hráček. Mezinárodní federace ženských sportů – FSFI v roce 1921 přijala československou házenou i s pravidly jako mezinárodní kolektivní hru.⁷

V Československu hráli házenou muži i ženy ve sportovních klubech, sokolských družstvech a v kolektivech DTJ. Koncem roku 1938 byl přijat název „Československý svaz házené“. Po únoru 1948 došlo k sjednocení celé naší tělesné výchovy a sportu, čímž bylo splněno i přání sjednocení sil v házené.⁸

⁶ *Www.narodnihazena.cz* [online]. Poslední úpravy 16.11 2010 [cit. 2011-01-02]. Dějiny národní házené. Dostupné z WWW: <<http://www.narodnihazena.cz/index.php?body=dejiny>>.

⁷ *Www.narodnihazena.cz* [online]. Poslední úpravy 16.11 2010 [cit. 2011-01-02]. Dějiny národní házené. Dostupné z WWW: <<http://www.narodnihazena.cz/index.php?body=dejiny>>.

⁸ *Www.narodnihazena.cz* [online]. Poslední úpravy 16.11 2010 [cit. 2011-01-02]. Dějiny národní házené. Dostupné z WWW: <<http://www.narodnihazena.cz/index.php?body=dejiny>>.

V šedesátých letech po mezinárodních úspěších házené se dostává česká házená do pozadí. Zapomnělo se na úspěchy v české házené. Házená vytlačila českou házenou ze školních osnov a mnoho oddílů přejalo mezinárodní házenou, ale díky snaze zastánců národní házené se česká házená vrací po roce 1972 do školních osnov a v roce 1973 na sjezdu ČTO byla zařazena mezi masové sporty.⁹

Dnes se hrají soutěže systém podzim – jaro v I., II. lize mužů a I. lize žen. V krajích se hrají krajské přebory ve všech kategoriích. V mládeži se hrají jednorázové celostátní přebory za účasti krajských přeborníků. Každoročně jsou vyhlašováni přeborníci republiky ve všech kategoriích. K 4. červenci 1988 bylo ve svazu organizováno 106 oddílů s 8852 členy. V činnosti bylo 276 rozhodčích a 805 trenérů.¹⁰

V loňském roce 2010 bylo ve svazu organizováno 107 oddílů s 17709 členy. V činnosti bylo 626 rozhodčích a 715 trenérů.¹¹

V oddíle Sokol Bakov je 10 družstev s 88 členy a 10 trenéry.

2.2 Národní házená není mezinárodní házená

Česká neboli národní házená se výrazně liší od mezinárodní házené. Není házená jako házená. Handbal má svá specifická pravidla.

Na první pohled je patrný rozdíl u branek. Česká házená je má vyšší a užší. Hraje se na větším hřišti a s brankovištěm menším o jeden metr. Hrací plocha je rozdělená. V praxi to vypadá tak, že se všichni spoluhráči a protihráči mohou potkat pouze ve střední třetině. Útočníci zásadně nesmí do vlastní obranné třetiny a naopak obránci nesmí do útočné. Podobně jak bývá při handbalu těsně na brankovištích, tak je v zápasech české házené nejvíce husto ve středu hřiště. Před brankovištěm mají hráči české házené dostatek prostoru, aby se prosadili vtipnou kombinací, nebo individuální technickou a taktickou vyspělostí. "U handbalu se v koncovce prosazují jen obrovití bijci, u nás má šanci každý šikovný hráč," hájí českou házenou její zastánci. Taktickým kulišárnám před brankou napomáhá pravidlo, že útočící hráči mohou hrát i v brankovišti, odkud ale nesmí střílet na branku, kdežto z bránících hráčů může do vlastního brankoviště jenom jeden, který je pro pořádek od svých dvou bránících spoluhráčů výrazně odlišený. Důležitým pravidlem, které dává brankářům šanci uspět, je zákaz naskakování střídajících hráčů do brankoviště.

⁹ *Www.narodnihazena.cz* [online]. Poslední úpravy 16.11 2010 [cit. 2011-01-02]. Dějiny národní házené. Dostupné z WWW: <<http://www.narodnihazena.cz/index.php?body=dejiny>>.

¹⁰ *Www.narodnihazena.cz* [online]. Poslední úpravy 16.11 2010 [cit. 2011-01-02]. Dějiny národní házené. Dostupné z WWW: <<http://www.narodnihazena.cz/index.php?body=dejiny>>.

¹¹ Podle ústního sdělení Václava Kočího (člen komise svazu národní házené, Litvínov) dne 8. 1. 2011

Při střelbě musí útočník alespoň jednou nohou stát pevně na zemi mimo brankoviště. A aby těch rozdílů nebylo málo, tak ještě jeden. Česká házená omezuje držení míče jedním hráčem časovým limitem, nezná tudíž pískání kroků. Při české házené může hráč držet míč dvě sekundy, po odražení od země ještě další dvě sekundy.¹²

Obě házené mají své příznivce. Mezinárodní je více sledovaná a je v ní větší možnost větších kontaktů na mezinárodním sportovním poli. Přesto česká házená je zajímavá a je ryze českým sportem.

2.3 Pravidla ve zkratce

Pravidla národní házené jsou velice obsáhlá a pro laika nezajímavá, jako u jiných sportů, a mnoho pravidel již bylo zmíněno v kapitole Národní házená není mezinárodní házená. Další důležitá pravidla házené jsou následující:

Hrací plocha je rozdělena do třech třetin: obranná, středová a útočná. Každá měří 15m, celkově pak hřiště má 45x30 m. V obranné třetině je postavena brána o rozměrech 2x2,40 m, pro mladší žactvo 2x2,20 metrů. Okolo brány je brankoviště, které měří 6 m. Brankoviště je prostor, odkud hráč stílí. Hrací doba se počítá u dospělých a dorostu 2x30 minut a u žactva 2x25 minut.

Na hřišti může být maximálně 14 hráčů, v každém družstvu 7. Jeden brankář, 3 obránci – 2 záložníci a jeden „beg“ a 3 útočníci. Záložníci jsou označeni na rukávech černými páskami o průměru 5 cm. Záložníci nesmí vstoupit do brankoviště, brání zvenčí brankoviště a „beg“ brání útočníky z vně brankoviště. V každém týmu je jeden kapitán, který je označen barevnou páskou o průměru 5 cm, ta je nadepsána K. Hráči jsou oblečeni ve stejných dresech s čísly na zádech.

Dodržování pravidel koordinuje rozhodčí, který je oblečen v černých šortkách a triku. Rozhodčí za pomoci píšťalky a karet (žlutých a červených) trestá fauly. Faul může být neúmyslný nebo úmyslný. Za úmyslný faul hráč může dostat až červenou kartu, která je udělena za agresivitu, nesportovní chování či za nepřiměřené použití síly. Žlutá karta slouží jako napomenutí či následek opakovaných pokutových faulů.

Pokutový faul se hází z prostředka brankoviště z 6 m, pokutový faul je jako ve fotbale penalta. Všechny rozehrávky a fauly se házejí po zapískání rozhodčího.

¹²Česká házená se výrazně liší. *Mladá Fronta Dnes*. 25. 06. 1999, s. 8.

V házené je zakázáno hrát nohou (dotyk balonu nohy), držet míč déle než 3x2 vteřiny a přešlápnout brankoviště při střelbě na bránu. Při „přešlapu“ útočníka rozehrává brankář.

Každé porušení hry nebo střelení branky je signalizováno rozhodčím, který nemluví, ale gestikuluje. Všechna porušení či přerušení hry mají jiné gesto a jiný počet hvizdů.

2.4 Systém házené v ČR

V házené se objevují všechny věkové kategorie. Od 5 – 7 let „přípravka“, 8 – 12 mladší žáci a žačky, 12 – 15 starší žáci a žákyně, 15 – 18 dorostenci a dorostenky, 18 – více muži a ženy. Profesionální úroveň klesá před 30. rokem života, hráči/hráčky odcházejí ze zdravotních důvodů, nedokáží zvládnout fyzickou náročnost házené. Pro lidi, kteří házenou chtějí hrát, ale jsou starší a nemají na profesionální úroveň, tu jsou staré gardy, ve kterých se hraje od 35 let.

Házenou je nejlépe začít hrát s nástupem do školy, i dříve. Házená je sport jako každý jiný a čím později dítě začne, tím je menší pravděpodobnost něco dokázat a něčeho dosáhnout. Každý se může přihlásit do oddílu. I když není dítě fyzicky nejschopnější, ale má chuť hrát a mít svůj házenkářský kolektiv, může z něj trenér udělat brankáře nebo záložníka. Postupem času je možnost vypracování fyzických schopností na trénincích. Většina družstev by měla mít tréninky třikrát týdně.

Financování provozu oddílů národní házené je z darů měst, příspěvků Sokolu, sportovních grantů, darů sponzorů, a v nemalé míře příspěvků svých členů. Oddíly Sokola Bakov jsou nejvíce finančně podporovány sponzory. Sponzorské dary má oddíl díky postupu žen do první ligy. Oddíl nejvíce potřebuje peníze na dopravu (mistrovské zápasy či turnaje), provoz sokolovny, provoz venkovního hřiště, příspěvky na pitný režim hráčů v zápasech,... atd. Členské příspěvky, které se platí na rok, jsou u dospělých (od 18 let) v Sokole Bakov 1 400,- a u dětí 600,-Kč.

3. Vývoj dítěte staršího školního věku

Zabývám se starším školním věkem, poněvadž je ideálním věkem pro „zažití“ nejdůležitějších prvků házené. „Zažitím“ je myšleno dokonalé osvojení a navyknutí určitých pohybů důležitých pro technický a výkonnostní postup v házené. Jedná se o věkovou kategorii staršího žactva 12 – 15 let.

Nástup do školy je důležitým sociálním mezníkem. Dítě se dostává do nové role žáka a vstup do školy je společensky významným rituálem. Škola ovlivní další rozvoj dětské osobnosti a ovlivní způsob prožití zbývajících dětských let. Školní věk se rozděluje podle zralosti či připravenosti. Jedná se o raný školní věk (6 – 9), je charakterizován sociálními změnami v postavení, které se projevují také ve vztahu ke škole. Střední školní věk (8 – 12) je doba, kdy dítě přechází na 2. stupeň. Starší školní věk (11 – 15) trvá do ukončení povinné školní docházky a z biologického hlediska jde o první fázi dospívání. (Vágnerová, M., 2005, s. 236 – 237).

Podle E. Eriksona jde o vývojovou fázi pýle a snaživosti, v níž se dítě prosazuje především svým výkonem.

*Pro zdárný další vývoj je důležité, zda si v tomto období dítě vytvořilo kladné sebehodnocení. K nízkému sebehodnocení často dochází u dětí, které nejsou schopny plnit (často nereálná) očekávání rodičů či učitelů, nemají dobrý školní prospěch nebo se nedokážou dobře přizpůsobit školnímu režimu.*¹³

Jedná se o děti, které mají menší schopnost ovládat se a jsou méně obratné než ostatní děti. Často nepříjemný nátlak rodičů na dítě zapříčiní nechuť dítěte k dalšímu učení či dříve oblíbenému sportu. Jako trenérka mladších žáček jsem se přesvědčila o tom, že pokud je dítě do něčeho nuceno, přestává ho sport bavit a začíná ho nesnášet.

3.1 Tělesný vývoj

V jedenácti letech chlapec vyroste ze 145 cm na 171 v patnácti, dívka ze 146 na 164 cm. Dochází k prudkému zrychlení růstu, hlavně u chlapců. Průměrná dívka vyroste za rok, v němž vrcholí růstový spurt, asi o 9 cm a přibude o 5 kg, chlapec vyroste o 10 až 12 cm a přibere kolem 6 kg. (Říčan, P., 2006, s. 171).

¹³ŠVINGALOVÁ, D. *Úvod do vývojové psychologie*. Liberec: Technická univerzita, 2006. 103 s. ISBN 80-7372-057-4.

V tomto růstovém období jsou chlapci, když se na ně podíváte, jen „samá ruka – noha“. Tzn. chlapci si ještě nezvykli na svoji výšku, mají problémy s koordinací pohybů, problémy s klouby či vznikem strií na zádech. Pro problémy s koordinací vypadají jako hadroví panáci, hlavně když běží nebo mají udělat určitý tělocvičný prvek.

3.2 Vývoj inteligence

Inteligence je označením pro soubor kognitivních (poznávacích) schopností, účastnících se poznávání, učení a řešení problémů.¹⁴

Ve školním věku děti začínají své úvahy kombinovat a užívat dedukce. Děti se učí dedukci každodenními činnostmi vyplývající ze zkušeností. Dedukce umožňuje integraci informací, které jedinec získal z různých zdrojů. (Vágnerová, M., 2005, s. 248).

*Zmohutnělý intelekt poprvé proniká do hloubky pojmů, jako je hmota, čas, příčina, ale i pravda, spravedlnost a právo. Objevuje se také schopnost psychologického myšlení, zájem o to, jak se lidé povahově liší, jaké jsou pohnutky jejich jednání.*¹⁵

Chlapci a dívky začínají preferovat určité školní předměty. Chlapci preferují matematiku, protože je logická a konkrétní. Dívky mají rády hudební či výtvarnou výchovu. (Pavlas, I. Vašutová, M., 1999, s. 90).

3.3 Vývoj pohybových schopností

*Dítě školního věku dokáže více ovládat pozornost, zvyšuje se kapacita paměti a rozvíjí se paměťové strategie. V závislosti na zrání CNS se zvyšuje emoční stabilita, školáci dovedou své pocity víc ovládat, rozvíjí se emoční inteligence. Ve školním věku se viditelně rozvíjí sebekontrola a další autoregulační mechanismy volního charakteru.*¹⁶

*Vrcholí vliv vrstevníků a přijímání jejich norem. Sportovně zaměřená cvičení, u nichž je důraz kladen na přesné dodržování příkazů a zákazů daných pravidly, která je nutno při jejich provádění dodržovat, dávají možnost prožít řádu a spravedlnosti a uvědomění si řádu jako jistoty.*¹⁷

¹⁴ ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2007. 655 s. ISBN 978-80-7367-273-7.

¹⁵ ŘÍČAN, P. *Cesta životem: [vývojová psychologie]*. Praha: Portál, 2006. 390 s. ISBN 80-7367-124-7.

¹⁶ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie – Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. 266 s. ISBN 80-246-0956-8

¹⁷ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 38 s. ISBN 80-246-1290-9.

Pohybová aktivita, které vyžadují sílu, musejí být odlišně trénovány u chlapců a u dívek, u kterých nejsou silové schopnosti na takové úrovni. Silové schopnosti nahrazují kvalitou technického provedení. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 38).

*Školní věk je fází pílě a snaživosti, dítě se vymezuje tím, co dokáže. Rozvíjí se genderové sebepojetí, genderová diferenciací je čím dál větší, děti dávají jednoznačnou přednost vrstevníkům stejného pohlaví.*¹⁸

Potřeba kontaktu s vrstevníky je jednou z nejdůležitějších potřeb tohoto věku. Ubývá kontaktů mezi chlapci a děvčaty. Dochází k identifikaci s vrstevníky stejného pohlaví. (Švingalová, D., 2006, s. 71).

¹⁸ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie – Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. 319 s. ISBN 80-246-0956-8.

4. Osobnost sportovce

V této kapitole se zabývám osobností sportovce, který se skládá z vloh, schopností, nadání, talentu, emocí, motivací a celkovou osobností člověka.

4.1 Vlohy

Vloha je vrozený předpoklad pro rozvinutí schopností. To znamená, že schopnosti nejsou vrozené, jsou rozvinuté na podkladě vrozených vloh v průběhu jedincova vývoje, učení a činnosti, v závislosti na společenských podmínkách, včetně výchovy a vyučování. (Čáp, J. Mareš, J., 2007, s. 152).

Vlohy jsou předpokladem pro vytváření nějaké činnosti a cvičením vloh se vyvíjejí schopnosti.

*Vlohou je například hudební sluch nebo schopnost rozlišovat vůně. Bez rozvíjení vlohy v dětství může zůstat vloha zakrnělá.*¹⁹

Myslím si, že nejpresnější definice vloh je tato: *Vloha je vrozená skupina předpokladů a schopností umožňující dosáhnout, zvláštních znalostí či dovedností, vlohy se nejčastěji dělí podle toho, zda se týkají a) oblasti rozumových schopností b) oblastí, v níž se projevují vlastnosti nervového systému, nebo c) oblasti citového života.*²⁰

4.2 Schopnosti

Schopnosti jsou vlastností osobnosti, které jsou rozvinuté výcvikem, vzděláním, zkušeností. Jsou důležité pro kvalitní rozvoj a využité při různých činnostech. Nejsou vrozené, schopnosti je třeba těmito činnostmi utvrzovat a dále rozvíjet. Jádrem schopností jsou vrozené vlohy – dispozice.²¹

*Schopnost je soubor předpokladů nutných k úspěšnému vykonávání určité činnosti nebo dovednosti. Schopnosti se vyvíjejí na základě vloh učení, dělí se na psychomotorické, vjemové a intelektové.*²²

¹⁹ [Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 23. 8. 2009 [cit. 2011-01-13]. Vloha. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Vloha>>.

²⁰ HARTL, P.; HARTLOVÁ – CÍSAŘOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. 663 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

²¹ [Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 7. 1. 2011 [cit. 2011-01-13]. Schopnost. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Schopnost>>.

²² HARTL, P. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. 243 – 244 s. ISBN 80-7178-808-1.

4.3 Talent a nadání

Často se talent a nadání používají jako synonyma, ale tím je zastírán jejich pravý význam.

Nadání je soubor dobře rozvinutých schopností pro určitou oblast činnosti (jazyky, matematika, či určitý druh umění). Výrazem talent se označuje zvláště vysoká až zcela výjimečná schopnost či nadání. (Čáp, J. Mareš, J., 2007, s. 152 – 153).

*Talent je tvořivé nadání, soubor schopností umožňující dosáhnout nadprůměrných výkonů, pokládá se za vrozený.*²³

Ze zkušenosti souhlasím s autorem, že talent umožňuje dosahovat mimořádných výkonů v určitých oblastech, ale obtížně se hledají vhodné nástroje pro hodnocení výkonů a produktů ve specializované oblasti činnosti. Většinou se daří posoudit pouze některé aspekty výkonu. (Hříbková, L., 2009, s. 82).

Mnoho předpokladů ke sportu je dáno geneticky a systematickým tréninkem je dán základ sportovnímu výkonu.

Komercializovaný svět investuje do kariéry talentovanosti sportovně založených jedinců. K představě sportovně talentované osobnosti se dospívá sporto-grafickou metodou, teoretickou analýzou sportovního dění a konstruováním nároků sportovních operací na sportovce. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 89 – 90).

Z vlastní praxe pozoruji talentované jedince, ale i tzv. „dřiče“. Talentům jde všechno jednoduše, ale „dřiči“ na sobě pracují a vypracovávají se k lepším výkonům a technice sportu.

*Talent může ustrnout a netaalent se může vypracovat. Plyne z toho poučení, že nejlepší je pilný talent.*²⁴

Nadání lze definovat mnoha pojmy. Hany (1987) zjistil, že je více než sto různých pojetí.

*Nadání je soubor vloh jako předpoklad úspěšného rozvíjení schopností, nejčastěji používáno ve spojení s jedinci podávající nadprůměrné výkony při tělesné či duševní.*²⁵

Nadání se projevuje ve čtyřech různých oblastech: v oblastech duševních schopností a intelektuálních výkonů, v oblasti tvořivosti a produktivnosti, v oblasti umění –

²³ HARTL, P. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. 273 s. ISBN 80-7178-808-1.

²⁴ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 91 s. ISBN 80-246-1290-9.

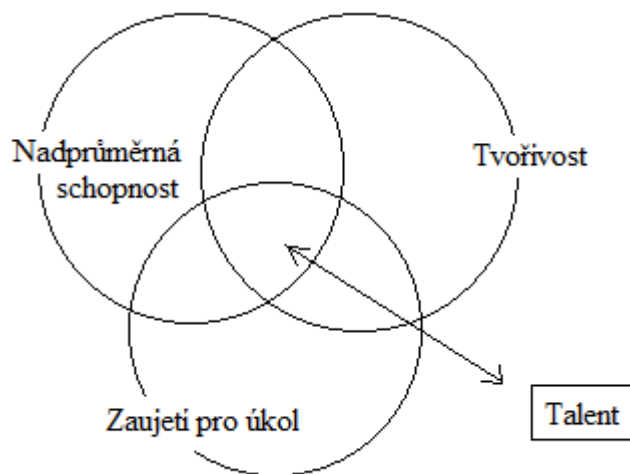
²⁵ HARTL, P.; HARTLOVÁ – CÍSAŘOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. 329 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

výtvarná a muzická umění, v sociální oblasti. (Mönks, F. J., Ypenburgová, I. H., 2002, s. 27).

Formy nadání jsou velmi různorodé a s nadanými dětmi se můžeme setkat na všech stupních vzdělávání. Přestože se hovoří o 2–3% výskytu nadaných v dětské populaci, odborníci zabývající se dlouhodobě výzkumem a rozvojem nadání uvádějí, že až 20–25% dětí by dokázalo vyniknout v některé oblasti lidské činnosti, jestliže by k tomu mělo dostatečné podmínky.²⁶

Podle mě je toto tvrzení poněkud zavádějící. Je tu zaměněný pojem nadání a talent. V dětské populaci se nalézá 2 – 3% talentovaných dětí. Školy mají speciální třídy pro talentované děti, mohou to být sportovní, hudební aj. Do těchto tříd chodí nadané děti, ale dětí s talentem je mnohem více, a proto je důležitá role učitele a trenéra tyto talentované děti objevit.

Musíme odlišit „rozumový talent“ a talent ve sportu a umění. Talent v oblasti umění nebo ve sportu na sebe neváže podmínku zvýšeného intelektu ani mimořádné schopnosti v oblasti rozumového vývoje osobnosti. V matematice, přírodních vědách a jazycích je úzce spjata mentální kapacita jedince. Tato podmínka nemusí být při sportovním talentu. (Fořtíková, J., 2009, s. 7).



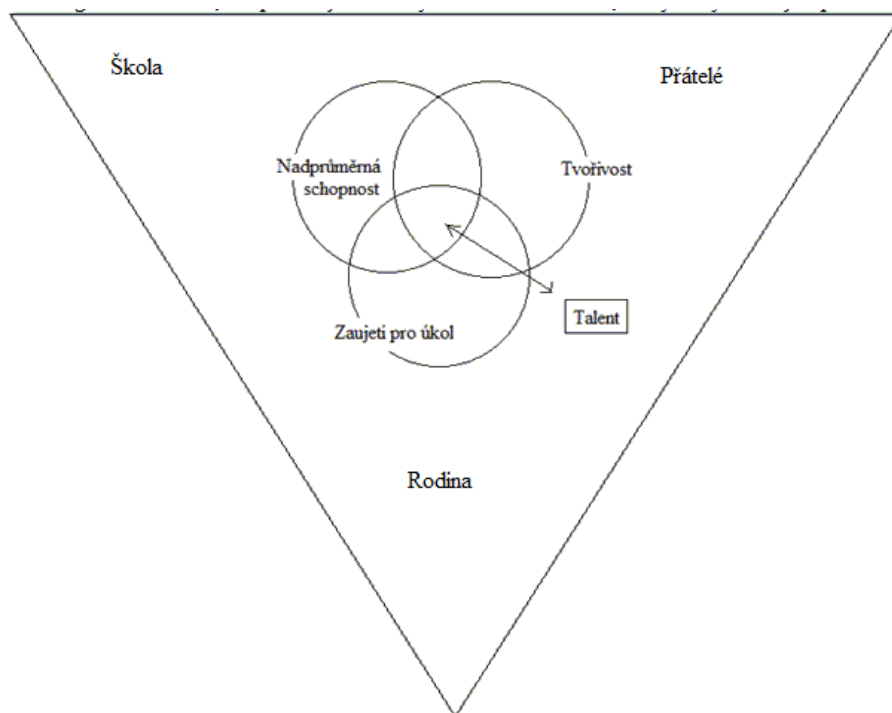
Obrázek 1: Tříkruhový model nadání J.S. Renzulli (Renzulli, 1978)²⁷

Renzulli upozorňuje na důležitost a harmonii všech tří složek. Nadání nechápe pouze v kognitivní rovině, ale považuje důležitý motivační element, který nazývá zaujetí pro úkol.

²⁶ [Http://www.projekt-nadani.cz](http://www.projekt-nadani.cz) [online]. Poslední úpravy 8. 11. 2010 [cit. 2011-01-17].

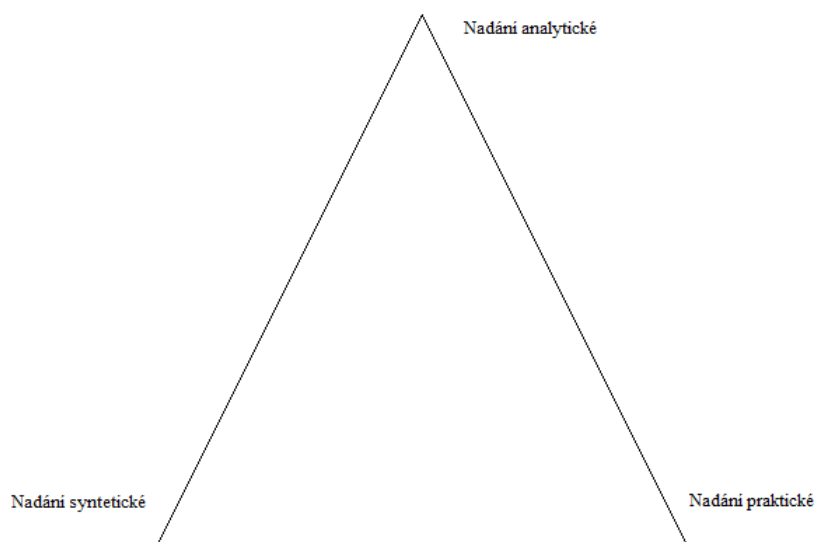
Mimořádně nadané dítě. Dostupné z WWW: <http://www.projekt-nadani.cz/o.php?o=o_projektu>.

²⁷ Obrázek č. 1 podle: FOŘTÍKOVÁ, J. *Talent a nadání*. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2009. 8 s. ISBN 978-80-86784-75-5.



Obrázek 2: Trojhranný model nadání F. J. Mönkse (Mönks, 1978)²⁸

Mönks doplnil původní model o další tři složky – školu, rodinu a přátele. Tyto složky zasadil do rovnoramenného trojúhelníku. Na nadaného jedince musí působit nejen jeho vnitřní motivace, ale i ta vnější.



Obrázek 3: Triarchický model nadání R. J. Sternberg (Sternberg, 1985)²⁹

²⁸ Obrázek č. 2 podle: FOŘTÍKOVÁ, J. *Talent a nadání*. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2009. 10 s. ISBN 978-80-86784-75-5.

²⁹ Obrázek č. 3 podle: FOŘTÍKOVÁ, J. *Talent a nadání*. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2009. 9 s. ISBN 978-80-86784-75-5.

Sternberg se zabývá inteligenčními testy. Definiuje inteligenci jako schopnost učit se ze zkušenosti, dobře uvažovat, pamatovat si podstatné informace a dobře zvládat požadavky každodenního života. Na základě této teorie definuje tyto tři druhy: Analytické nadání – schopnost rozebrat problém a rozumět jeho částím, Syntetické nadání – schopnost pochopení problému, intuice a kreativity, Praktické nadání – aplikace analytické či syntetické inteligence do praxe. (Fořtíková, J., 2009, s. 11).

4.4 Emoce

Co znamená pojem emoce, je všeobecně známo. Významově je ztotožňován s pojmem cit a označuje se jím používání stavů jako je radost, smutek, hněv, závist, strach,...Psychologické vymezení pojmu je však obtížné a má mnoho vysvětlení. (Nakonečný, M., 2000, s. 8).

*Emoce jsou biologicky účelné adaptace, evolučně starší, a proto silnější a hůře ovlivnitelné než rozumové procesy, spojovány s činností limbického systému, v zásadě jde o hodnotící reakce na podnět, zahrnující: fyziologické změny, prožitky libosti a nelibosti, motorické projevy, zaměřenost a vyšší či nižší pohotovost k jednání, podle nálady a vášně.*³⁰

Emoce jsou nejzákladnější pocity, které prožíváme, zahrnují nejen motivy jako hlad a sex, ale také emoce jako radost a vztek. Emoce aktivují a zaměřují naše chování. (Atkinson, R., 2003, s. 388).

Zvýšení emoční stability se projevuje se zráním dětského organismu. Děti ve školním věku bývají optimistické a veškeré dění interpretují pozitivním způsobem. (Vágnerová, M., 2005, s. 262).

Erikson školní období označuje za fázi citové vyrovnanosti.

4.4.1 Emoce ve sportu

Sport je zdrojem emocí, patří mezi nejemocionálnější zájmové činnosti člověka. Příčinou je soutěživost sportovních aktivit, které vyvolávají bouřlivou emoční dynamiku nejistého výsledku. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 51).

³⁰HARTL, P. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. 58 s. ISBN 80-7178-808-1.

Dnešní doba nepřeje emočním výlevům v běžném životě. Emoce se musejí držet na uzdě i ve sportovním odvětví, na jejich dodržování bdí rozhodčí. Sportovní emoce jsou ale tak vypjaté, že se občas nedají ovládnout. Z hráčské praxe i z pohledu diváka je často vidět, jak emoce ovlivňují utkání, mohou utkání ovlivnit jak pozitivně, tak negativně.

Při tréninku, ale především v soutěžních utkáních, dochází ke zvláštní symbióze mezi vnějším prostředím a vnímavou osobou, tedy hráčem. Sportovec si někdy i nevědomky vytváří určitý vztah například k divákům, různým předmětům kolem hrací plochy, ale také i ke svým vlastním výkonům. „Tento vztah může vyústit v radost nebo hněv. Právě toto emoční chování hraje u sportovců v kvalitě výkonu velkou roli.“³¹

Emoce ve sportu mají výhodu aktivního spojení se svalovou činností a vzniká možnost emočního odreagování a navíc možnost energetizace zdravých prospěšných aktivit. Sport je přínosný jak po biologické stránce, tak po stránce emoční. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 52).

4.4.2 Úzkost a strach při sportu

Úzkost a strach jsou podobné pojmy, které by se měly rozlišovat. Úzkost je obava z něčeho neznámého, ale strach je reakce na konkrétní nebezpečí.

Úzkost a strach se shodují v jevech, jako je psychomotorický neklid, pocity bezmocnosti, zúžení vědomí, poruchy hodnocení, deformace vztahů k okolí, somatické potíže aj. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 62).

*Obecně lze vyslovit předpoklad, že stoupající úzkostí roste celková aktivita člověka a to z hlediska výkonnosti je pozitivní jev.*³²

Toto tvrzení podle zkušeností mohu potvrdit, ale úzkost nesmí překročit určitý psychický limit. Pokud se tak stane, vzniká neurotická reakce, která negativně ovlivní výkonnost člověka. Vzniká tu další negativní emoce a tou je hněv. Hněv vzniká na určitou frustraci, projevuje se agresivitou fyzickou či verbální. Tuto emoci by měli zvládnout trenéři či sportovní rozhodčí.

³¹ *Www.trenink.com* [online]. Poslední úpravy 7. 12. 2010 [cit. 2011-01-18]. Psychologie: Emoce a motivace ve sportu. Dostupné z WWW: <http://www.trenink.com/index.php?option=com_content&task=view&id=1942&Itemid=274>.

³² SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 62 s. ISBN 80-246-1290-9.

4.4.3 Radost a sport

Prožívání radosti je nezbytnou součástí sportování. Radost vzniká, pokud splníme námi nebo někým důležitým pro nás, určitý cíl. Může to být střelení gólu či postoupení do vyšší soutěže. Pro tuto pozitivní emoci je typický úsměv, mávání rukou, skákání do výšky aj.

*Čistě „drilový“, výdělečný nebo rozumový sport bez prvků radostného zaujetí, není v psychologickém slova smyslu sportem, právě pro absenci hravosti. Neradostný sport nemá zpravidla dlouhého trvání.*³³

Komplexnost radostného zaujetí je vynaložena v souvislosti se soutěžními stavy. Tyto stavy mohou být organické, psychologické, sociální a environmentální. Organické (pohybové) jsou závislé na jedincově životě, zdravém životním stylu, péči o klouby, odpovídajícím tréninku atd. Psychologické zdroje radosti jsou spatřovány v nárůstu sebehodnocení a sebedůvěry, hrdosti po výkonu, úspěchu ve smyslu dosažení aj. Sociální zdroje obsahují sociální podporu, infekci radostných emocí ve skupině, rituální momenty, sportovní humor aj. Environmentální zdroje radosti jsou navozeny především prostředím mnoha sportů. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 66 – 67).

4.5 Motivace

Termín motivace je odvozen z latinského *movere* – hýbat, pohybovat. Motivace je souhrn hybných momentů v činnostech, prožívání a chování osobnosti. (Čáp, J. Mareš, J., 2007, s. 92).

*Slovo motiv bývá v přirozeném jazyce chápáno obdobně jako slovo důvod.*³⁴

Motivace je stav, který aktivizuje chování a dává mu směr. Subjektivně je vnímán jako vědomá touha: přání jíst, pít, milovat se. Většina z nás se může rozhodnout, zda touhám vyhoví, ale někdy to nelze. (Atkinson, R., 2003, s. 348 – 349).

*Motivaci můžeme definovat jako vnitřní stav, který podněcuje jedince k aktivitě směřující k určitému cíli.*³⁵

Mezi příčiny motivace patří fyziologické stavy mozku a těla, patří sem i naše kultura a sociální interakce s jedinci v našem okolí. (Atkinson, R., 2003, s. 349).

³³ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 68 s. ISBN 80-246-1290-9.

³⁴ ŘÍČAN, P. *Psychologie*. Praha: Portál, 2005. 177 s. ISBN 80-7178-923-2.

³⁵ KASSIN, Saul M. *Psychologie*. Brno: Computer Press, 2007, 771 s. ISBN 978-80-251-1716-3.

Motivaci můžeme rozdělit na intrinsickou a extrinsickou. Intrinsická motivace pochází z jedince samého. Může to být seberealizace, poznání, smysl, atd. Extrinsická motivace je poskytována okolím. (Fontana, D., 2003, s. 153).

4.5.1 Sportovní motivace

Motivace ve sportu je velmi důležitá. Začínající sportovci musejí být motivováni okolím, aby se u nich vyvinula správná vnitřní motivace. Každý jedinec si prochází složitým motivačním vývojem, závislým na osobnosti sportovce. Často se objevuje i finanční motivace, která může zvýšit výkon sportovce.

První stádium je generalizace motivační struktury. Projevuje se rozptýleností sportovních zájmů, nezáleží na druhu sportu, ale záleží, kdo z kamarádů určitý sport dělá nebo jaký druh sportu upřednostňuje okolí. Diferenciace motivační struktury je doba, kdy si sportovec vybírá sport podle svých úspěchů či neúspěchů. Vzniká systematičtější trénink a emocionálnější přístup. Třetím stádiem je stabilizace motivační struktury. Zde mají silnou účinnost motivy soutěžní, sociální odezvy a cíle k dosažení výkonu. Stabilizace je, že sportovec je zkušený, zná své možnosti a má racionální vztah ke sportu. Poslední fáze je involuce. Ustupují seberealizační motivy nejvyšší výkonnosti a do popředí se dostává dělat sport pro zálibu. Tito sportovci jsou zbaveni pocitu nadměrné odpovědnosti a často mívají úspěchy více než kdy dříve. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 72 – 73).

4.5.2 Aspirace ve sportu

Aspirace (ambice) je snaha o sebeuplatnění, vyniknutí. Někdy se označuje také jako ctižádost.³⁶

Sportovci mají své aspirace, které závisí na předešlém výkonně. Podle minulých výkonů mají nároky na nový výsledek, který je závislý na motivaci a předešlém hodnocení sportovce. Aspirace ovlivňuje úspěch.

K podstatě sportovního přístupu k činnosti patří hyperaspirativnost, tj. sportovec má neustálou tendenci se zlepšovat. Je to výraz motivovanosti, který může vytvářet i obavy z neúspěchu. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 74).

³⁶ [Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 8. 12. 2010 [cit. 2011-01-19]. Motivace. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Motivace>>.

Nesportovci mají nároky na svůj výkon nižší, než byla úroveň jejich posledního výkonu, jsou spíše hypoaspirativní. Vytvářejí si svými aspiracemi určitou rezervu (nižší cíle), ale ve výkonnostních situacích mají menší motivaci. („o nic jim nejde, není důvod se tolik unavovat“). (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 74).

*Sportovní aspirace jsou ovlivnitelné v důsledku vnějšího působení, organizace tréninkové a soutěžní činnosti a mohou se stát prostředkem k ovlivnění sportovní motivace.*³⁷

4.5.3 Výkonová motivace

Výkonová motivace je „tah na branku, tzn., jak moc sportovec usiluje o dosažení svých cílů.

*Obecně je výkon funkcí schopností a motivace. Chybí-li jedna podmiňující složka, k výkonu nedojde.*³⁸

Výkonová motivace je součástí nadání, která může být pozorovatelná v chování dítěte již v útlém věku. Lze si všimnout vložené energie do určitých zájmů či orientaci na určité aktivity. (Hříbková, L., 2009, s. 82).

Podle teorie výkonové motivace tendence ke sportovní aktivitě vzniká z rozdílu mezi tendencí dosáhnout úspěchu a tendencí vyhnout se selhání. Každá situace, která je pobídkou pro výkon tím, že vzbuzuje naději na úspěch, ale zároveň obsahuje obavu z neúspěchu. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 75 – 76).

Sportovci patří mezi část populace, u níž je zdůrazněn výkon. Projevují se u nich motivační struktury, podle kterých je možno posouvat výkonovou motivaci.

4.6 Osobnost sportovce v širším smyslu

Každý člověk je jedinečnou osobností. Vrcholoví sportovci nejsou stejní, každý z nich je jedinečnou kombinací různých předností a nedostatků.³⁹

³⁷ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 74 – 75 s. ISBN 80-246-1290-9.

³⁸ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 75 s. ISBN 80-246-1290-9.

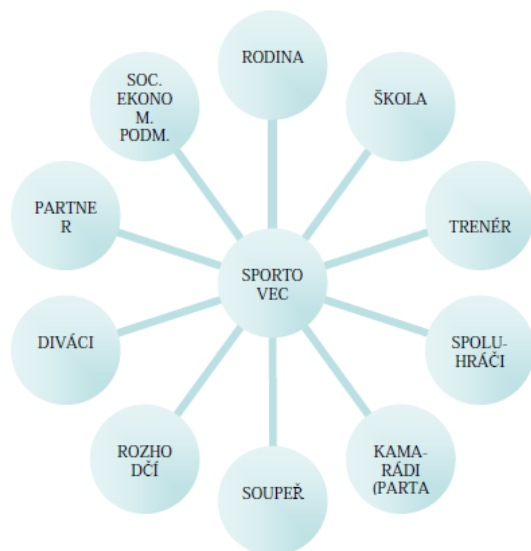
³⁹ [Http://www.ftvs.cuni.cz](http://www.ftvs.cuni.cz) [online]. Poslední úpravy 3. 10. 2010 [cit. 2011-02-07]. Osobnost. Dostupné z WWW: <<http://www.ftvs.cuni.cz/katedry/ppd/osoby/.../pr8%20osobnost%20sportovce.ppt%20>>.

Osobnost sportovce je postavena na určité struktuře, která má pyramidovou posloupnost. Vespodu pyramidy jsou povahové vlastnosti, nad vlastnostmi jsou schopnosti s nadáním a talentem. V dalším patře pyramidy jsou motivační vlastnosti (postoje, potřeby, zájmy), charakter a vůle. Na vrcholku pyramidy nalezneme sociální role, podle kterých sportovec hraje roli sportovní, ale i roli nespportovce.⁴⁰

4.6.1 Pojem osobnost

Zájem o osobnost sportovce má důvody pedagogické i psychologické. Zajímá nás, jak systematické sportování ovlivňuje osobnost člověka a naopak, jak osobnostní vlastnosti ovlivňují výsledky sportování. V současné době se ukazuje, že k dosažení vysoké sportovní úrovně je potřeba plánování a cílevědomá kontrola činnosti sportovce. Přitom ale musí být respektována osobnost sportovce, tj. individuální vlastnosti. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 91).

*Vlastnosti jsou poměrně stálé a typickým způsobem se projevují v každé konkrétní činnosti sportovce a ovlivňují tak i dosahování výkonu. Právě akcent na somatické stránky základu osobnosti odlišuje chápání pojmu osobnost sportovce v psychologii sportu, od chápání obecného, kdy se osobnost uvažuje především jako duševní celek.*⁴¹



Obrázek 4: Působení okolí na sportovce⁴²

⁴⁰ <http://www.ftvs.cuni.cz> [online]. Poslední úpravy 3. 10. 2010 [cit. 2011-02-07]. Osobnost. Dostupné z WWW: <<http://www.ftvs.cuni.cz/katedry/ppd/osoby/.../pr8%20osobnost%20sportovce.ppt%20>>.

⁴¹ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 91 s. ISBN 80-246-1290-9.

⁴² Obrázek č. 4 podle: www.fsps.muni.cz [online]. Poslední úpravy 4. 7. 2009 [cit. 2011-02-07]. Psychologie sportu. Dostupné z WWW: <www.fsps.muni.cz/czv/.../Psychologie_sportu_studijni_

Obrázek č. 4 ukazuje, kdo působí na sportovce. Sportovec je neustále obklopen mnoha lidmi, kteří na něj působí a určitým způsobem ho ovlivňují.

*Pojem osobnost sportovce je složitý i tím, že je třeba jej chápat i vývojově. Osobnost se ve sportovní činnosti neustále dotváří a současně svým vlivem modifikuje kariéru sportovce.*⁴³

4.6.2 Sportovní charakter

Charakter patří do základních složek osobnosti a můžeme ho považovat za volní dispozici. Vyjadřuje sebekontrolu, poslušnost, tvrdost a autonomnost.

*Charakter se v psychologii považuje za jádro osobnosti, jakousi kostru, pro kterou jsou typické markantní znaky naučeného chování. Charakter vzniká kultivací, je to problém hodnotové volby a jisté stálosti chování, tedy i problém etický.*⁴⁴

Je velice důležité zachovat si „dobrý“ charakter při sportování, protože konkurenční boj a postupy do vyšších soutěží mohou způsobovat morální poklesky, především je to nesportovní chování (unfair či doping).

4.7 Sebepojetí a sebehodnocení

V této části se budeme zabývat sebepojetím a sebehodnocením. Pro správný vývoj a život sportovce (nejen sportovce) jsou velice důležité.

Klíčové u nadaných je, do jaké míry jsou schopni porozumět sami sobě a získat vhled do svého chování a jednání. Lidé s pozitivním sebepojetím častěji podávají mimořádné výkony v různých oblastech. (Hříbková, L., 2009, s. 82).

Sebepojetí je významné výzkumné téma v mnoha oblastech – pedagogické, vývojové, klinické i sociální psychologie.

Sebepojetí je představa o sobě, to, jak jedinec vidí sám sebe, je zdůrazněna poznávací složka. Na rozdíl od sebeúcty, má hodnoticí a popisnou dimenzi, zahrnuje

text.>.

⁴³ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 91 s. ISBN 80-246-1290-9.

⁴⁴ SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. 104 s. ISBN 80-246-1290-9.

*i kognitivní mapy, označováno též jako „integrující gyroskop osobnosti“, jeho součástí je sebedůvěra.*⁴⁵

Sebepojetí je představa jedince o svém já. Vyvíjí se ve vztahu k okolnímu světu a je jím ovlivňována. Má řadu úrovní, např.: zobrazení já (já jsem především...), hodnocení já (mám být...), směřování (chtěl bych být...), vyjádření moci (mohu učinit...), vyjádření role (mám dělat...). Vyvíjí se ve vztahu s rodiči, sourozenci, vrstevníky, kamarády, učiteli a spolupracovníky. Umožňuje člověku orientovat se ve světě a stabilizovat svou činnost. (Průcha, J. Walterová, E. Mareš, J., 2008, s. 209).

Sebepojetí hraje důležitou roli v dynamice osobnosti, neboť udržování shody sebepojetí s postoji a chováním svého sociálního okolí zajišťuje automatické chování. (Nakonečný, M., 2000, s. 193).

Součástí celkového sebepojetí je i tělesné sebepojetí. Tělo je odborníky považováno za hlavní prostředek sebevyjádření. Tělesné sebepojetí má vlastní zkušenosti a prožívání, které je ovlivňováno okolím a s ním souvisejícími požadavky na vzhled těla. Míra spokojenosti s vlastním tělem ovlivňuje sebeúctu a sebevědomí.⁴⁶

Sebehodnocení je důležité při vývoji osobnosti dítěte i v dotváření celkové osobnosti jedince a v navazování mezilidských vztahů.

Za mentální reprezentaci emočního vztahu k sobě se často považuje sebehodnocení neboli představa sebe z hlediska vlastní kompetence (ať už v jakékoli oblasti – sociální, morální nebo výkonové).“ (Blatný, M. Plháková, A., 2003, s. 115).

Sebehodnocení obecně znamená „hodnocení sama sebe“. V psychologii tak označujeme vědomé prožívání vlastní sociální pozice. Hodnocení sama sebe vykazuje relativní stabilitu. Sebehodnocení můžeme vidět i jako synonymum k pojmům sebereflexe, sebepoznání a sebepojetí, i když se může v hlubším pojetí jednat o na sebe navazující procesy.⁴⁷

Cílem sebehodnocení je poznání toho, jací doopravdy jsme, co nám v životě jde a co ne, v čem se máme zlepšovat, ať už to „co“ je rázu pozitivního nebo negativního...⁴⁸

⁴⁵ HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. 524 s. ISBN 80-7178-303-X.

⁴⁶ [Http://www.lirtaps.cz](http://www.lirtaps.cz) [online]. Poslední úpravy 18. 1. 2011 [cit. 2011-02-08]. Tělesné sebepojetí v kontextu psychosomatiky a možnosti jeho ovlivnění. Dostupné z WWW: <http://www.lirtaps.cz/psychosomatika/psomweb2007_2/konference_stackeova_207.htm >.

⁴⁷ [Http://www.dentalcare.cz](http://www.dentalcare.cz) [online]. Poslední úpravy 30. 4. 2010 [cit. 2011-02-08]. Sebehodnocení v procesu rozvoje. Dostupné z WWW: <<http://www.dentalcare.cz/odbclan.asp?ctid=510&arid=>

⁴⁸ [Http://www.dentalcare.cz](http://www.dentalcare.cz) [online]. Poslední úpravy 30. 4. 2010 [cit. 2011-02-08]. Sebehodnocení v procesu rozvoje. Dostupné z WWW: <<http://www.dentalcare.cz/odbclan.asp?ctid=510&arid=>

Pokud v něčem děláme chyby, máme šanci je napravit a tím vylepšit náš obraz sebehodnocení. Ve sportovních aktivitách je důležité vědět, čeho chci dosáhnout, v čem dělám chyby a jak to změnit.

4.7.1 Sebehodnocení ve sportu

Sebehodnocení souvisí s motivací a má tendenci se fixovat v podobě stálých aspirací. Příkladem permanentně vysokého sebevědomí je sociální role primadony. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 236).

Tyto primadony už ani nesportují, neustále mají nějaké zdravotní problémy, ale nechají se fotografovat, jezdí na různé akce, kde jsou vidět. U sportovkyň se rozmáhá fotografování a modeling.

U sportovců se může objevit závislost na sportu a to ve smyslu zlepšování své výkonnosti. Je to až nezdravá závislost ve zvyšování dávek tréninků a ignorace zdravotních problémů (podvrknutý kotník). Například u kulturistů může vzniknout bigorexie, tj. opak anorexie u dívek. Muži mají zkreslené sebehodnocení o svém těle – malé svaly, hubenost a nevyvinutost. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 236).

Všechny tyto poruchy se musejí co nejdříve léčit, aby nedošlo k trvalému poškození organismu a těla.

5. Vnější vlivy

Pod označením vnější vlivy se skrývá rodina, přátelé, společnost, politická a ekonomická situace. Jsou to společenské podmínky, které ovlivňují motivaci, nadání a talent.

Z politické a ekonomické situace si pro příklad můžeme uvést toto: Ve většině členských zemí Evropské unie je tělovýchova a sport součástí státní politiky, neboť je plně respektován jejich společenský význam a tento přístup se promítá do všech smluvních dokumentů EU a následně i do legislativy ekonomiky. (Sekot, A., 2003, s. 173).

5.1 Úloha rodiny

Obrovský vliv na pohybovou aktivitu dítěte má rodina. Rodina utváří postoj dítěte k pohybu, ke svému zdraví a vývoji fyzické kondice.

*Rodina je společenská skupina spojená manželstvím nebo pokrevními vztahy a odpovědností a vzájemnou pomocí.*⁴⁹

Podle Eriksona se v prvním roce života vyvíjí pocit bezpečí, buduje se základní pocit důvěry. Rodina dítěti umožňuje tělesnou a duševní (duchovní) existenci a rozvoj.

Pro dítě staršího školního věku rodina představuje bazální sociální a emoční zázemí, ale zároveň ovlivňuje i extrafamiliární uplatnění dítěte. (Vágnerová, M., 2005, s. 267).

V posledních desetiletích rodiny čelí každodennímu tlaku na zabezpečení základních životních podmínek a potřeb, které z nepochopitelných důvodů odsouvají cílené pěstování tělovýchovných aktivit na okraj zájmů. Přitom víme, že rodiče rozvíjejí zdravotní životní styl u dítěte. Adekvátní pohybová aktivita představuje nezastupitelný faktor pro vývoj biologie jedince. (Charvát, M., 2002, s. 33 – 34).

Úloha rodiny je pro pohyb nezastupitelná, rodina by měla motivovat a podporovat děti v pohybových aktivitách, jak nadané i nenadané děti. Tato podpora je nesmírně důležitá, protože pokud se dítě věnuje určitému sportu „naplno“, tak k tomu potřebuje finanční podporu (oblečení, pomůcky,...), časovou podporu (odvoz na tréninky, čekání rodičů po tréninku,...), psychickou podporu na zápasech či utkáních, motivaci při

⁴⁹ HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. 512 s. ISBN 80-7178-303-X.

neúspěchu,... Pokud rodina má člena, který se věnuje sportu nebo sportovním aktivitám, měla by ho podporovat.

Myslím si, že dopoledne strávené rodinou na zápase jejich dítěte a jeho povzbuzování je výborným sportovním zážitkem, jak pro dítě, tak i zbytek rodiny, a hlavně se těmito zážitky rodina stmeluje a utužuje svoje vazby.

Z vlastní zkušenosti vím, že je úžasným pocitem povzbuzující rodina a rodina, která po zápase chválí za úspěch a i v neúspěchu najde úspěšné chvíle.

Cvičení má pozitivní emocionální vliv v každém věku u obou pohlaví. Kupříkladu již v rodinném prostředí prováděná aerobní aktivita vede ke snižování duševního napětí, má endorfinové účinky posilující sebedůvěru, sebehodnocení a upevňuje morální a volní vlastnosti.⁵⁰

5.2 Úloha školy

Škola je významnou institucí, která umožňuje rozvoj obecně sociálně požadovaných a ceněných kompetencí i způsobů chování. Jejím prostřednictvím získává dítě předpoklady k dalšímu společenskému uplatnění.⁵¹

Škola jako rodina provádí socializaci dětí, ale nabízí nové sociální role a dává jiné možnosti rozvíjet schopnosti, dovednosti a vlastnosti.

V současné době trpí 41% dětí a mládeže v důsledku nedostatečné pohybové aktivity nějakým typem zdravotního oslabení. V této situaci 2 hodiny povinné tělesné výchovy týdně pro mladý organismus rozhodně nestačí.⁵²

Školy jako celek v 75% mají svoje vlastní tělocvičny a hřiště. Závažnější situace je na vysokých školách, kde vlastní halu či tělocvičnu má pouze 52% fakult. Většina těchto zařízení je však zastaralá, svým prostředím a atmosférou nemotivuje mládež k aktivnímu sportování. Tento stav při současné konkurenci atraktivních nepohybových aktivit (hrací automaty, počítačové hry, virtuální realita) přispívá k poklesu zájmu mládeže o sport.⁵³

⁵⁰ CHARVÁT, M. *Sociální aspekty sportovních aktivit*. Brno: Paido, 2002. 39 s. ISBN 80-7315-029-8.

⁵¹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie – Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. 267 s. ISBN 80-246-0956-8.

⁵² [Http://www.msmt.cz](http://www.msmt.cz) [online]. Poslední úpravy 12. 10. 2006 [cit. 2011-02-19]. Koncepce státní politiky v tělovýchově a sportu v České republice. Dostupné z WWW: <<http://www.msmt.cz/sport/koncepce-statni-politiky-v-telovychove-a-sportu-v-ceske-republice>>.

⁵³ [Http://www.msmt.cz](http://www.msmt.cz) [online]. Poslední úpravy 12. 10. 2006 [cit. 2011-02-19]. Koncepce státní politiky v tělovýchově a sportu v České republice. Dostupné z WWW: <<http://www.msmt.cz/sport/koncepce-statni-politiky-v-telovychove-a-sportu-v-ceske-republice>>.

Toto je negativní situace našeho školství v oblasti tělesné výchovy, ale materiální podmínky dále nebudu rozvádět, poněvadž předmětem mé práce jsou sportovně talentované děti, proto se zaměříme na ně.

Školy rozvíjí talent dětí ve sportovních třídách a školách, do kterých jsou děti přijímány na základě talentových zkoušek. V těchto třídách je zvýšen počet hodin tělocviku, vyšší kvalifikace učitelů a žáci mají více možností výběru druhu sportů ve škole či klubech vedených při škole.

Rozhodující část přípravy talentované mládeže se uskutečňuje ve sportovních klubech a tělovýchovných jednotách za metodické, koordinační a řídicí role sportovních svazů. Každý sportovní svaz si vytvořil vlastní způsob řízení a organizační strukturu, která se člení na sportovní střediska a sportovní centra mládeže a podporu individuální přípravy talentů ve sportovních klubech a tělovýchovných jednotách.⁵⁴

Školy podporují pohybové aktivity svých žáků. Uvolňují žáky na různá sportovní utkání i soustředění během školního vyučování. Školy se zúčastňují sportovních klání (fotbalová, florbalová,...) a je pro ně reprezentativní a chlubí se, pokud studenti vyhrávají. Na podporu sportovních aktivit školy poskytují stipendia studentům, kteří jsou ve školních družstvech, příkladem je Technická univerzita, která má svůj volejbalový team, kde hráčkám je uděleno stipendium a poskytnuto tréninkové či hrací oblečení.

Myslím si, že škola je nedílnou součástí podpory a vývoje sportovních aktivit a tím přispívá k docílení lepšího zdravotního stavu dětí a zvýšení možnosti vyhledat sportovní talenty.

5.3 Team a osobnost trenéra

Sportovní tým a trenér jsou důležitým činitelem pro dobře fungující a vyhrávající sportovní kolektiv. Podle mých zkušeností si myslím, že je výborné, pokud trenéři jsou zároveň hráči či rozhodčí a všichni hráči, hráčky a fandové dokáží společně fungovat a umí si užívat sportovní utkání i život mimo něj společně.

⁵⁴ [Http://www.msmt.cz](http://www.msmt.cz) [online]. Poslední úpravy 12. 10. 2006 [cit. 2011-02-19]. Koncepce státní politiky v tělovýchově a sportu v České republice. Dostupné z WWW: <<http://www.msmt.cz/sport/koncepce-statni-politiky-v-telovychove-a-sportu-v-ceske-republice>>.

5.3.1 Team jako kolektiv

Sportovní tým je socializační skupinou, kde má každý svoji roli, především se jedná o vůdcovství, a to nevzniká snadno.

Každé družstvo má určité vlastnosti, patří sem: stabilita – skupina nemění své členy často, velikost skupiny – hlediskem je vzájemný kontakt a intenzivní komunikace, integrovanost skupiny – projevuje se jednotou činností a postojů členů, soudržnost – silný pocit sounáležitosti mezi členy, atraktivnost skupiny – souvisí se společenskou významností skupiny a významem skupinových cílů, autonomie – nezávislost skupiny na jiných skupinách, intimita – závisí na počtu členů a představuje stupeň intenzity vztahů mezi členy skupiny, propustnost – vlastnost označující snadnost, či obtížnost změny členstva, homogenita – stupeň shody členů v určitých znacích, polarizace – jednotná zaměřenost členů k dosažení společného cíle, stupeň libosti – jak moc si jedinec váží svého členství, kontrola skupiny – uplatňování skupinových norem. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 129 - 131).

Všechny tyto vlastnosti se prolínají do fungování sportovních kolektivů. V našem týmu jsou již tyto parametry v ustáleném stavu. Členové jsou spojeni, máme skvělý kolektiv a členové rádi přijmou nové hráče, ale bohužel již není koho přijímat.

Důležitým pojmem v týmu je sociální pozice. Označuje jedincovo místo, komu je nadřazen, komu je podřazen či přiřazen. (Slepička, P. Hošek, V. Hátlová, B., 2006, s. 133).

Tato pozice určuje míru zaujetí pro sportovní kolektiv, protože se jedinec dostane do pozice, která se mu nelíbí, přestává mít zájem o sport a setrvávání v kolektivu. Věřím, že pokud je struktura kolektivu a vliv trenéra pozitivní, nikdo by se neměl dostat na pozici, která by mu byla nepříjemná.

Nesmíme opomíjet skupinovou dynamiku, která se také vyvíjí. Souvisí s ní změny pozic v kolektivu. Může se jednat o pozice kapitána, vedoucího či člena základní sestavy. Každé dítě potřebuje být chváleno a nejvyšším oceněním může být udělat ho kapitánem. Kapitánem se většinou stává nejlepší hráč, ostatní tuto pozici přijmou, ale tajně doufají, že by to příště mohli být oni. Proto nesmíme zapomenout je povzbuzovat jinak a motivovat je ke zlepšení jejich výkonu.

5.3.2 Osobnost trenéra

Trenér je odborně a pedagogicky vzdělaný tělovýchovný pracovník, který vede sportovcův tréninkový proces, přípravu na sportovní vystoupení i toto vystoupení samotné a spoluzodpovídá za dosažený výsledek.⁵⁵

Trenér by měl mít organizační schopnosti, vůdcovské schopnosti a psychologické základy všedního dne. Z vlastní zkušenosti trenérky musím říct, že vedení tréninku a trénování dětí a dospívajících dívek je velice náročné. Trenér musí zvládnout naučit své svěřence určitým sportovním dovednostem a zároveň docílit poslušnosti a psychické podpory dětí na hřišti i mimo něj.

Kouč nebo-li trenér má i společenskou funkci. Při vrcholových a masově sledovaných sportech (fotbal, hokej) je neustále sledovaný diváky a funkcionáři. Často se může stát obětím beránkem za neúspěch vedení svého družstva.

Kouč by měl mít znalosti z teorie a didaktiky sportu, fyziologie tréninku, dále schopnosti aplikovat teoretické poznatky i zkušenosti do praxe, řešit problémy přípravy, být cílevědomý, mít porozumění a být zodpovědný.

Hlavním problémem může být „dobrovolnost trénování“. V menších oddílech jako je Sokol Bakov, je funkce trenéra dobrovolná, prováděná ve volném čase jedince a neplacená. Lidé, co trénují, musí chtít věnovat zadarmo čas dětem. Tato pozice je velmi náročná, poněvadž když trenér chodí do práce, má rodinu a své zájmy, tak si musí nalézt čas na tréninky, zápasy a soustředění. Tuto „práci“ nemůže dělat někdo, kdo nemá vztah k házené, dětem a nejde mu zaujetí pro házenou od srdce.

Trenér by měl mít vzdělání, jak už bylo zmíněno, ale v malých oddílech je nouze o lidi, co chtějí předat zkušenosti dál, proto tuto funkci může zastávat každý člen Sokola nad 18 let. Jedinec, který se rozhodne naplno věnovat této činnosti, má možnost udělat si trenérská osvědčení na svazu národní házené.

V typologii trenérů se rozeznávají dva základní typy: autoritativní trenér (velmi náročný, nekompromisní, stavící jen na vlastním rozhodnutí) a demokratický trenér (stavící na spolupráci a naslouchající sportovci). Zcela vyhraněné typy trenérů se při své práci potýkají s řadou potíží. Proto se někdy v praxi používá systém dvou trenérů nebo trenéra s asistentem často s opačnými či doplňujícími se vlastnostmi.⁵⁶

⁵⁵ [Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 19. 9. 2010 [cit. 2011-02-20]. Trenér. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Tren%C3%A9r>>.

⁵⁶ [Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 19. 9. 2010 [cit. 2011-02-20]. Trenér. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Tren%C3%A9r>>.

Trenér je vůdce v procesu budování týmu a musí na sobě neustále pracovat, chce-li trénovat ostatní. Musí být vždy připraven pomáhat hráčům formou vyučovacího procesu hrát lépe a naučit je vnímat jeden hlas, a to trenéra, aby dokázali správně a včas zareagovat.⁵⁷

⁵⁷ [Http://www.trenink.com](http://www.trenink.com) [online]. Poslední úpravy 3. 3. 2010 [cit. 2011-02-20]. Osobnost trenéra jako základní předpoklad pro úspěšnou činnost práce s mládeží. Dostupné z WWW: <http://www.trenink.com/index.php?option=com_content&view=article&id=2095:uvaha-osobnost-trenera-jako-zakladni-pedpoklad-pro-uspnuu-innost-prace-s-mladei-&catid=97:uvahy&Itemid=205>.

III. Praktická část

6.1 Cíle výzkumu

Cílem mého výzkumu bylo analyzovat vědomí talentu a jeho vlivu na seberealizaci a motivaci ve vztahu ke sportovnímu nadání, zjistit postavení nadaných dětí v kolektivu, jak jsou ostatními členy skupiny přijímány. Chtěla jsem ve svém výzkumu zjistit, jak moc je důležitá motivace a sebevědomí u hráčů/hráček staršího školního věku.

K formulování výzkumného šetření mě motivovala hráčská a trenérská zkušenost. Chtěla jsem zjistit proměny vývoje nadání jak u dětí, tak poté i u dospělých v národní házené. Proto jsem toto téma směřovala na házenkáře ze Sokola Bakov.

6.1.1 Zkoumaná skupina

Zkoumaná skupina byla záměrně vybrána s ohledem na stanovené výzkumné šetření a jeho otázky. Oslovila jsem trenéry staršího žactva ze Sokola Bakov, kteří mi vyhověli v rozdělení a vyplnění dotazníků 46 dětmi.

Pro metodu rozhovoru a vytvoření kazuistiky jsem vytipovala nejtalentovanější a nejnadanější hráčku národní házené ze Sokola Bakov (ze Středočeského kraje).

6.2 Metody výzkumu

Vybrala jsem metodu vyplňování jednoduchých, časově nenáročných dotazníků. Získala jsem 46 vyplněných dotazníků dětí středního školního věku a 27 vyplněných dotazníků od ostatních věkových kategorií. Bohužel se mi nepodařilo oslovit více jiných oddílů, nezdařilo se to díky jejich nezájmu a nedostatečné elektronické strukturalizaci mezi oddíly. Jako druhou doplňující metodu jsem zvolila vytvoření kazuistiky.

6.2.1 Dotazník

Stanovila jsem si 3 pracovní předpoklady, které vychází z hlavní výzkumné otázky. Zvolila jsem metodu sběru dat k realizaci kvantitativního výzkumu. Získané údaje se mohou jasně vyhodnotit a za pomoci dotazníků je možné oslovit velký počet respondentů.

Metoda dotazníků je vysoce efektivní technika, která může postihnout velký počet jedinců při relativně malých nákladech.⁵⁸

U dotazníků se může objevit malé riziko, a tím je subjektivita. Respondenti mají více času na odpovědi, než při rozhovoru. Mohou své odpovědi upravit, aby byly „správně“. Tomuto zkreslení se můžeme snažit vyhnout tím, že dotazníky budou anonymní, kde se nemusí udávat jméno, a zároveň zaručíme respondentům, že jejich dotazníky budou sloužit výhradně k vědeckým účelům.

Dotazník musí být správně formulován na základě jasných předem stanovených cílů, kterých chceme výzkumem dosáhnout. Dotazník je souborem různých otázek uspořádaných v určitém sledu. Otázky mohou být otevřené či uzavřené. Důležité je, aby dotazník byl: srozumitelný a jednoznačný, přehledně uspořádaný, vzhledově atraktivní, s krátkým obsahem, s jasně formulovanými instrukcemi pro postup při vyplňování, umístěním identifikačních otázek na závěr, zaručením anonymity respondenta.⁵⁹

Vytvořila jsem strukturovaný dotazník. Použila jsem uzavřené otázky, kde jsem respondentům dala na výběr z pěti možností. Otázky v dotazníku byly jasné, stručné, jednoduché a nebyly sugestivní. Dotazníky, které jsem respondentům dávala, nebyly anonymní, byla na nich kolonka na jméno, ale pokud respondent nechtěl, nemusel ji vyplnit. Poté v dotazníku následovalo šestnáct uzavřených otázek. V závěru dotazníku děkuji respondentům za vyplnění.

6.3 Stanovení výzkumných předpokladů

Cílem výzkumu bylo zjistit, zda si děti uvědomují své nadání, zda uznání a obdiv jsou důležitými faktory jejich sportovního úspěchu a pokud jsou úspěšné ve sportovním výkonu, zda jim to zvyšuje sebevědomí. Toto zkoumání považuji za velmi zajímavé. Myslím, že pokud by trenér věděl, jak si jeho svěřenci věří, či naopak, mohl by se na to zaměřit a motivovat je jinými způsoby k dosažení lepších sportovních výkonů. Velmi přínosné pro trenéra a rodinu by bylo vědět, zda si jejich dítě myslí, že má talent, že je lepší než ostatní. S tímto poznatkem by pak mohli dítě dále rozvíjet.

Dle svého uvážení jsem stanovila následující výzkumné předpoklady:

⁵⁸ [Http://mechatronik.blog.cz](http://mechatronik.blog.cz) [online]. Poslední úpravy 17. 2. 2008 [cit. 2011-03-05]. Metody a techniky sociologického výzkumu b). Dostupné z WWW: <<http://mechatronik.blog.cz/0802/9-metody-a-techniky-sociologickeho-vyzkumu-b>>.

⁵⁹ [Http://docs.google.com](http://docs.google.com) [online]. Poslední úpravy 8. 3. 2009 [cit. 2011-03-05]. Marketingový výzkum. Dostupné z WWW: <<http://files.sona-srutkova.webnode.cz/200000015673c268362/Marketingov%C3%BD%20v%C3%BDzkum.pdf>>.

6.3.1 Předpoklad č. 1

Předpokládám, že hráči/hráčky spojují své sportovní působení v oddíle s vlastním sportovním nadáním.

6.3.2 Předpoklad č. 2

Předpokládám, že významným motivem sportování bude pro hráče/hráčky uznání a obdiv okolí.

6.3.3 Předpoklad č. 3

Předpokládám, že úspěšný sportovní výkon zvyšuje u hráčů/hráček jejich sebevědomí.

6.4 Realizace výzkumu

Základem výzkumu bylo vytvoření dotazníků vlastní konstrukce a stanovení výzkumných předpokladů. Dotazník je sice delší, ale jelikož mám dobré vztahy v oddíle, trenéři mi vyhověli a všem na tréninku dotazníky rozdali.

6.4.1 Předvýzkum

Před rozdáním dotazníků respondentům, jsem dotazníky předložila 10 dětem ve věku 10-15 let z mého okolí. Nebyli to házenkáři, ani aktivně sportující děti, 7 z nich se věnovalo rekreačním sportům. Chtěla jsem si ověřit, zda je můj dotazník přehledný a srozumitelný. Těchto 10 dotazníků nebylo použito při vyhodnocování výzkumu, sloužily pouze jako zkušební materiály.

Dotazníky byly dány 46 respondentům. 8 z nich jsem dotazník dala osobně já na tréninku dorostenek. Zbytek dotazníků jsem rozdala 4 trenérům žactva a dorostu. Všechny dotazníky, které se rozdaly na tréninku, byly vyplněny. Myslím, že trenéři a děti byli ochotní dotazníky vyplňovat.

Časový limit při vyplňování dotazníků nebyl přesně určen, ale pohyboval se průměrně okolo 10 minut. Časový limit měl být před rozdáním dotazníků zadán, ale jelikož byl rozdáván před tréninkem, záleželo hlavně na každém z trenérů, kolik času dětem poskytne. Myslím, že časový limit, který byl poskytnut trenéry, nebyl krátký ani příliš dlouhý. Nemělo by dojít ke zkreslení výsledků kvůli dlouhému rozmyšlení.

7. Vyhodnocení výzkumného šetření

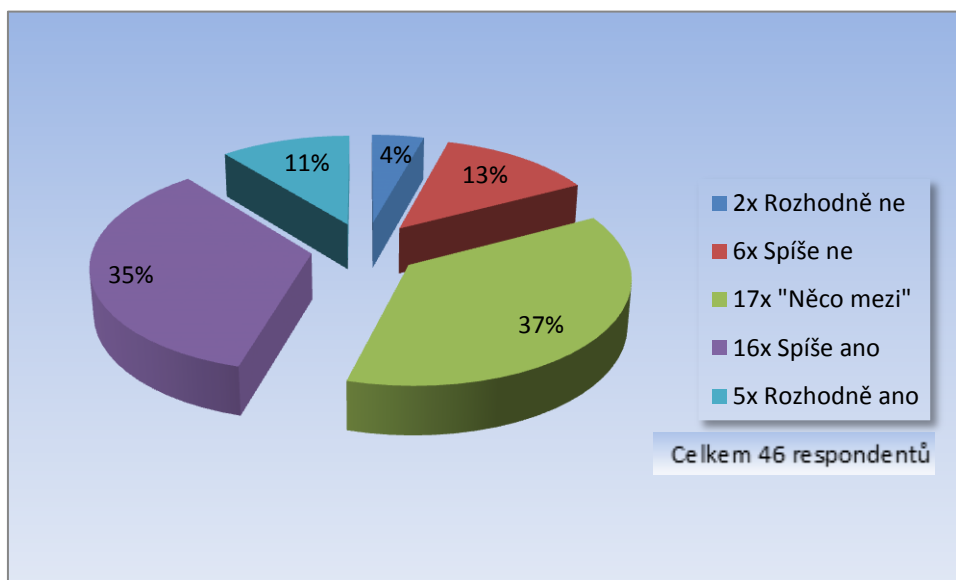
Z předem stanovených předpokladů budou vyhodnocovány otázky č. 1., 2., 3., 4., 6., 7., 8., 9., 10., 15., 16. Otázky číslo 5., 11., 13., 14. byly použity jako doplňkové. Tyto doplňkové otázky potvrdily, že intenzivní trénování má vliv na výkony při zápase a potvrdily i to, že by pro většinu dětí přestat dělat svůj oblíbený sport (házenou) bylo velkou ztrátou.

V dotaznících byla možnost „něco mezi“, tato možnost získávala velký počet odpovědí u respondentů. Myslím, že kdyby se dotazovaní museli rozhodnout pro ano či ne, byly by grafy určitější, ale pro děti je lepší mít možnost „něco mezi“, než je nutit, ať se rozhodnou pro odpověď ano či ne.

7.1 Ověření předpokladu č. 1

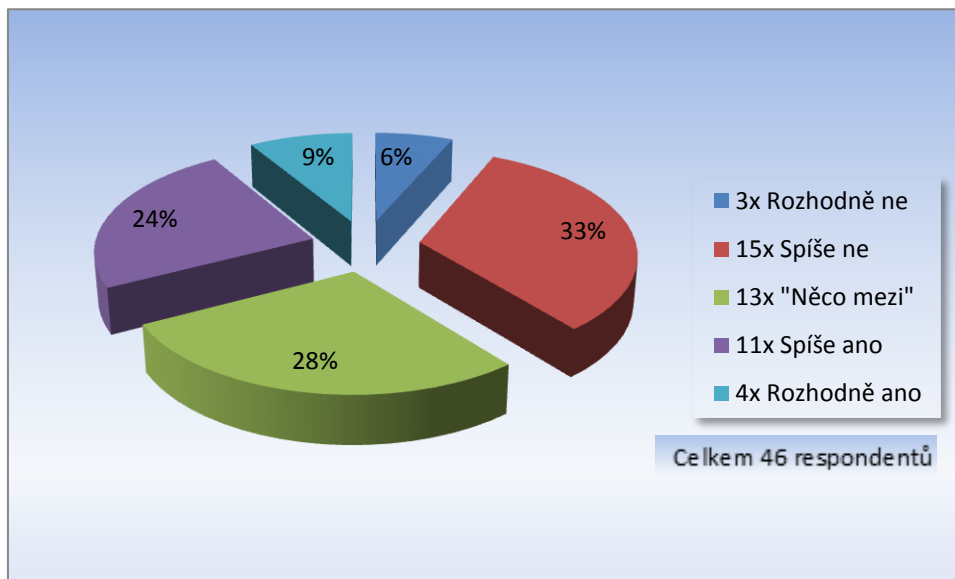
Předpokládám, že hráči/hráčky spojují své sportovní působení v oddíle s vlastním sportovním nadáním. Na tento předpoklad byly zaměřené otázky č. 1., 2., 6.

Otázka číslo 1: Považuješ se za sportovně nadaného člověka?



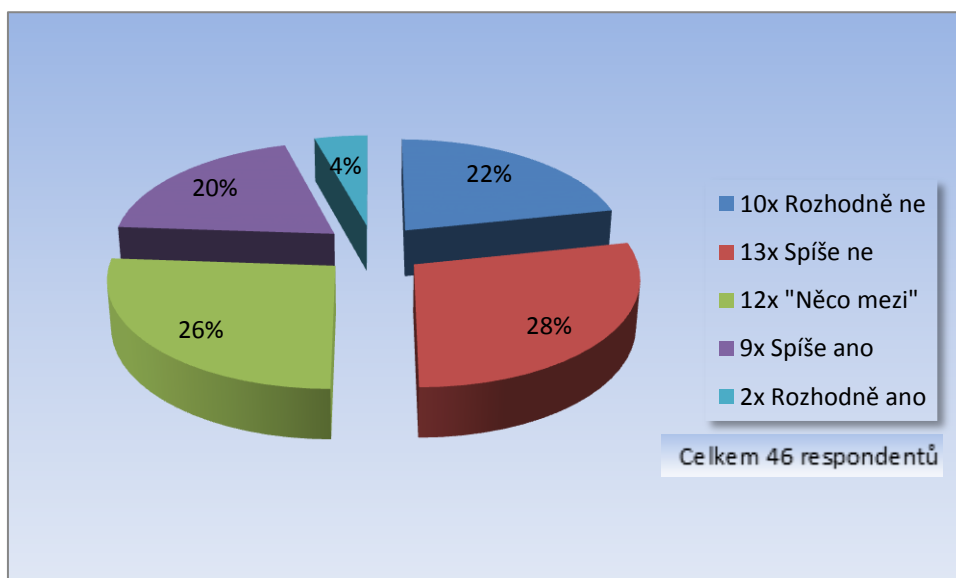
Graf č. 1 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Otázka číslo 2: Myslíš si, že díky tvým sportovním schopnostem a výkonu družstvo dosahuje dobrých výsledků?



Graf č. 2 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Otázka číslo 6: Považuješ se za výkonnější v porovnání s ostatními členy/členkami družstva?



Graf č. 3 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Vyhodnocení otázky číslo 1 není jednoznačné. Největší část dotazovaných, kterých bylo 28%, odpovědělo spíše ne a 26% „něco mezi“ z čehož vyplývá, že děti jsou ve svém chápání nadání neurčité ba skeptické.

V otázce číslo 2 byli respondenti opět negativní, 33% odpovědělo spíše ne. Z toho můžeme usuzovat, že jejich sportovní výkony nedosahují takových úspěchů, jak si představovali, nebo jsou jen skromní ve svém hodnocení výsledků.

Otázka číslo 3 byla porovnáním svých výkonů s ostatními hráčkami, kde 37% vybralo „něco mezi“ a 35% spíše ano, z čehož se můžeme domnívat, že v této sféře mají děti kladné sebehodnocení, které je správné pro jejich vývoj ve sportu.

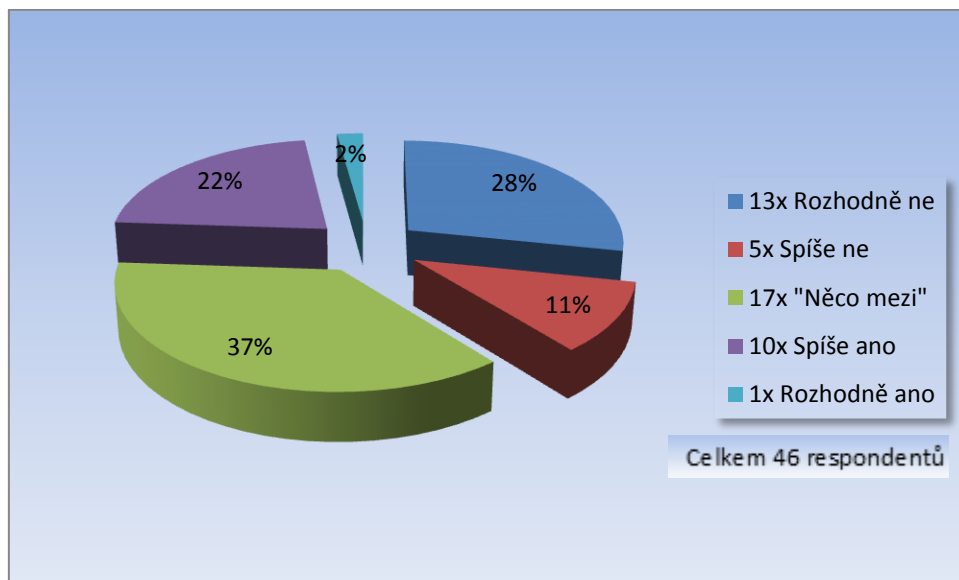
Můžeme říci, že větší část respondentů věří ve své nadání, které spojuje s působením ve sportovním oddíle.

Platnost předpokladu byla částečně ověřena.

7.2 Ověření předpokladu č. 2

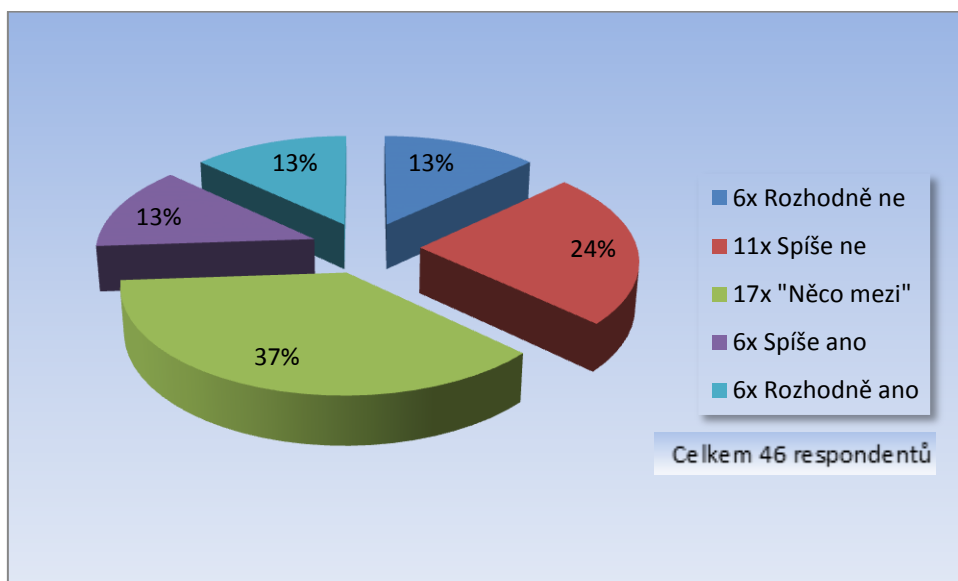
Předpokládám, že významným motivem sportování bude pro hráče/hráčky uznání a obdiv okolí. Na tento předpoklad byly zaměřené otázky č. 3., 9., 10., 15., 16.

Otázka číslo 3: Očekáváš od svého okolí, že tě bude chválit za výsledky ve sportu?



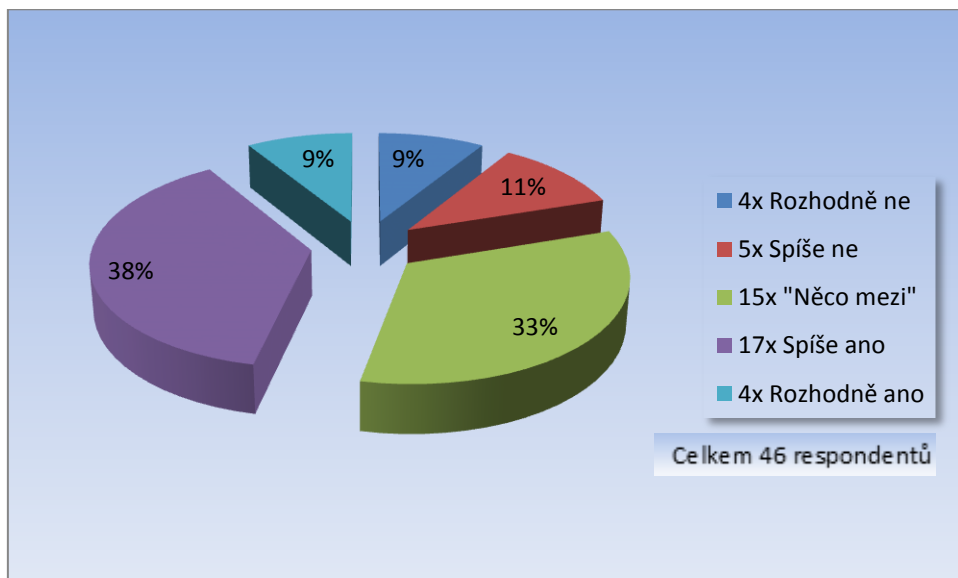
Graf č. 4 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Otázka číslo 9: Cítíš, že díky svým sportovním úspěchům jsi ve svém mimosportovním prostředí atraktivnější než tvoji vrstevníci?



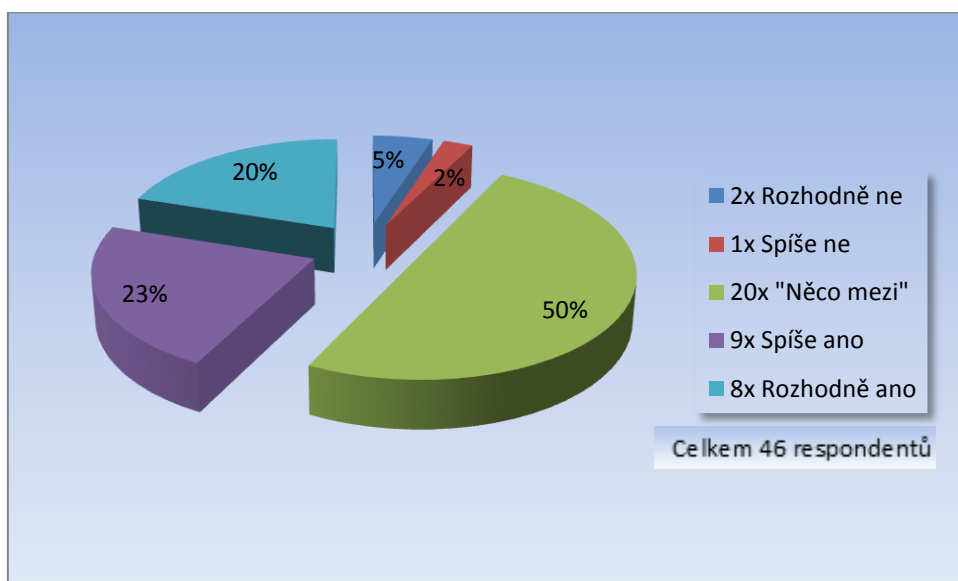
Graf č. 5 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Otázka číslo 10: Cítíš ve své rodině uznání, obdiv, hrdost blízkých na své sportovní úspěchy?



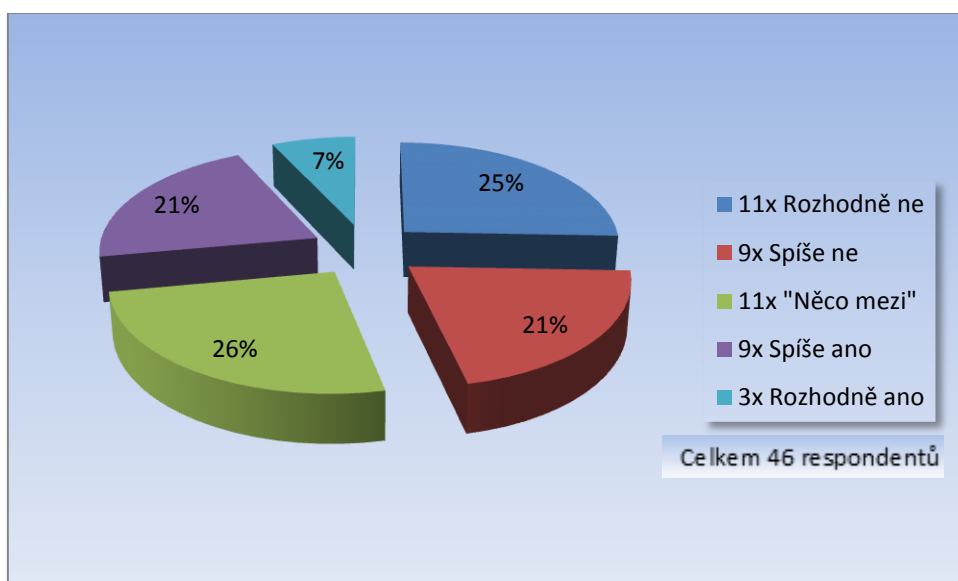
Graf č. 6 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Otázka číslo 15: Cítíš spokojenost a hrdost, když se o tvých úspěších veřejně hovoří?



Graf č. 7 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Otázka číslo 16: Potřebuješ pro svůj dobrý pocit, aby se tvé okolí (rodina, škola, kamarádi) zajímalo o tvé sportovní výsledky?



Graf č. 8 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

Z grafu číslo 4 je zřejmé, že každý z respondentů má jiná očekávání ohledně chvály ve sportu. Většina dotazovaných 37% odpověděla „něco mezi“ a ostatní se rozdělili podle své potřeby být chváleni.

V otázce číslo 9 největší podíl výsledků 37%, zase dostalo „něco mezi“. Ve zbylém grafu převažuje záporná část, kde si respondenti myslí, že jejich sportovní výkony nemají vliv na mimosportovní prostředí.

V otázce číslo 10 většina respondentů, 38%, cítí uznání v rodině za své sportovní úspěchy.

Otázka číslo 15 ukazuje, že většina respondentů je spokojená, pokud je hovořeno o jejich úspěších. 23% respondentů odpovědělo na otázku spíše ano, a 20% respondentů rozhodně ano, z čehož usuzuji, že téměř všichni dotazovaní jsou na sebe hrdí při úspěchu.

V poslední otázce číslo 16 v části druhého předpokladu jsem získala od respondentů různorodé odpovědi. Většina odpovědí, 26%, byla „něco mezi“ a 21% získalo spíše ano i spíše ne, z čehož se dá usoudit, že ne každý jedinec potřebuje zájem o výsledky pro svůj dobrý pocit.

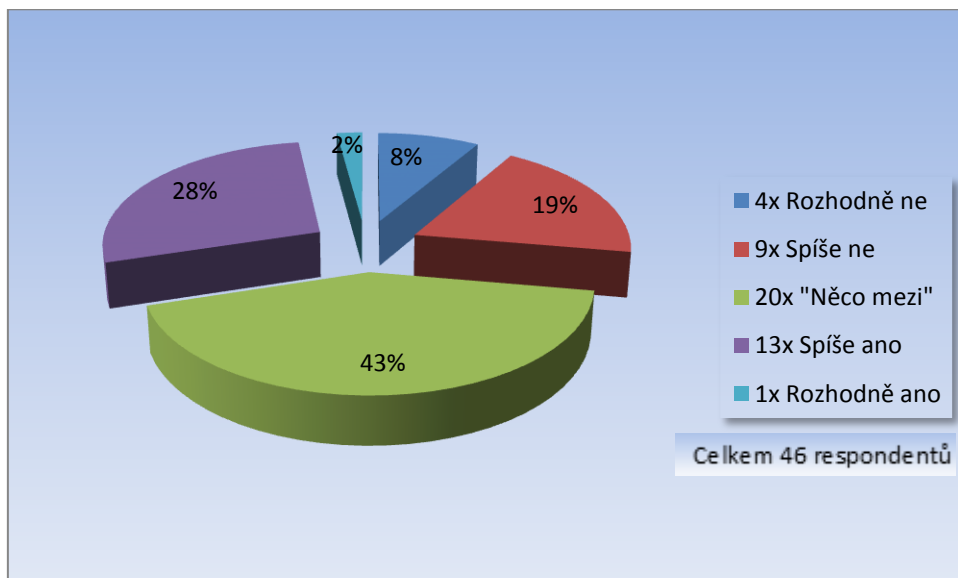
Z celkového hodnocení tohoto předpokladu lze s jistotou říci, že děti potřebují cítit uznání ve své rodině. Ostatní otázky respondentů byly odlišné. Z těchto dotazníků se nedá s určitostí říci, že významným motivem pro hráče/hráčky bude obdiv okolí. Každý jedinec má individuální potřeby a jiné nároky na sebe a na ostatní v ohledu na uznání a obdiv.

Platnost předpokladu nebyla ověřena.

7.3 Ověření předpokladu č. 3

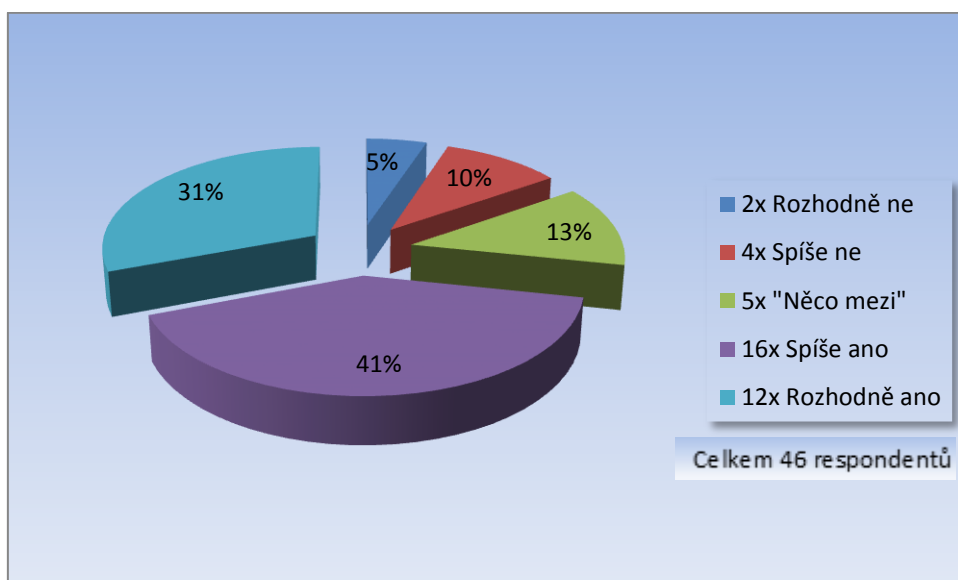
Předpokládám, že úspěšný sportovní výkon zvyšuje u hráčů/hráček jejich sebevědomí. Na tento předpoklad byly zaměřené otázky č. 4., 7., 8.

4. Cítíš se důležitým členem/členkou týmu?



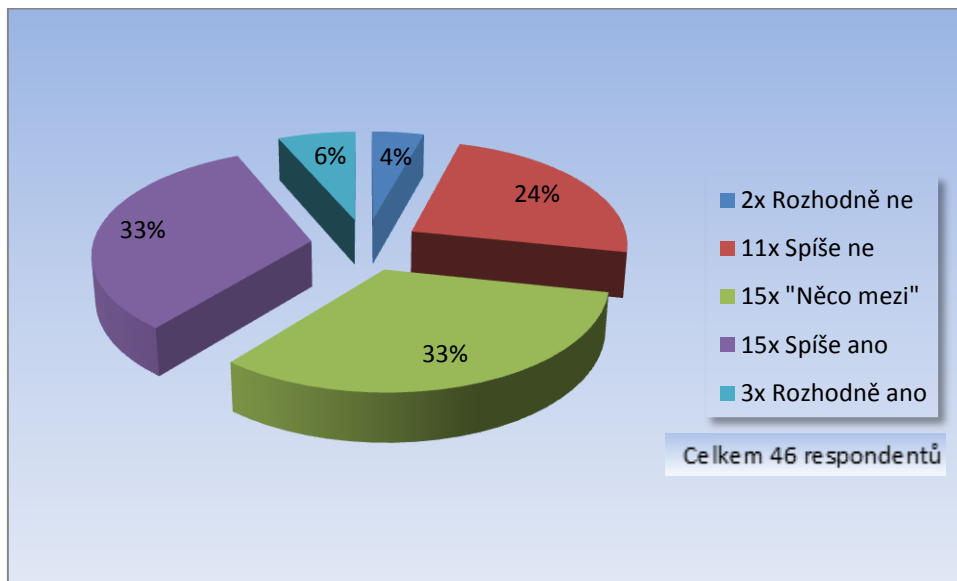
Graf č. 9 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

7. Zvýší se ti sebevědomí po sportovním úspěchu?



Graf č. 10 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

8. Stává se, že po sportovním úspěchu cítíš extázi (mimořádný citový stav spojený s nevnímáním okolí)?



Graf č. 11 - hodnoty v grafu jsou uvedeny v procentech

V otázce číslo 4 byli respondenti spíše skromní ve svých odpovědích. Největší podíl má „něco mezi“, ale následuje ho „spíše ano“ s 33%. Mohli bychom usuzovat, že se velká část respondentů cítí důležitým členem/členkou týmu, ale 8% odpovědělo rozhodně ne.

Otázka číslo 7 je jedna z nejpřesnějších, 41% odpovědělo spíše ano a 31% rozhodně ano, z čehož se jednoznačně vyplývá, že se respondentům zvedne sebevědomí po sportovním úspěchu.

U otázky číslo 8 se většina respondentů přiklání tomu, že cítí po úspěchu extázi, vyplívá to z odpovědí dotazovaných, kteří odpověděli 33% spíše ano.

Z této části vyplývá, že úspěšné sportovní výkony zvyšují sebevědomí u hráčů/hráček.

Platnost tohoto předpokladu byla výzkumem potvrzena.

7.4 Shrnutí výsledků z výzkumu

Výzkum potvrdil částečnou platnost 1. předpokladu. Větší část respondentů spojuje působení ve sportovním oddíle se svým nadáním, ale menší část si připouští své sportovní úspěchy, zbytek dotazovaných není se svým výkonem spokojen. Platnost předpokladu číslo 2 nebylo možno ověřit. V tomto spektru otázek se projevíly individuální potřeby a nároky respondentů na uznání a obdiv. Platnost 3. předpokladu byla potvrzena. Tento předpoklad byl nejednoznačnější. Většině dotazovaných zvyšuje sebevědomí úspěšný výkon ve sportu. Považuji za žádoucí, aby trenéři věděli, jaké typy dětí mají v družstvu. Měli by poznat, jak se dítě cítí ve skupině, zda se necítí méněcenné a jestli netrpí ztrátou sebedůvěry, a podle toho se zachovat. Nejen trenéři, ale i rodiče by měli děti podporovat a motivovat je, a to nejen ke sportovním výkonům.

Z dotazníků vyplynulo, že některé děti se velmi podceňují a pro některé dokonce kolektiv, ve kterém se nalézají, není ideální. Děti často spojují realizaci svého sportovního nadání v působení ve sportovních oddílech. Pro dobré výkony potřebují uznání a pomoc rodiny. Dále byl jednoznačně potvrzen předpoklad, že dětem se zvýší sebevědomí po úspěšném výkonu.

7.5. Kazuistika

Kazuistika je popis a výklad konkrétních případů, zpravidla místo teoretické analýzy pojmových znaků. Ve vztahu k moderním vědám užíván jako synonymum pro případovou studii.⁶⁰

Jednodušeji řečeno. Kazuistika je intenzivní metoda studia jednotlivého případu s důrazem na utříděný celkový pohled, včetně základních charakteristik osobnosti jedince, jeho příznaků, vývoje poruch, významných zážitků, postojů, aj.⁶¹

Kazuistika je založená na přímém kontaktu s respondentem. Kladete otázky a povídáte si o jeho životě. V tomto směru je mnohem náročnější než dotazník. Důležitá je schopnost navázat vhodný kontakt s odpovídajícím. Měli bychom respondenta správně motivovat, aby měl „chuť“ se s námi bavit a také musíme vhodně motivovat i rodiče, spoluhráče či trenéra. Vhodné je vysvětlit, když je respondent starší, proč jsme si ho vybrali a za jakým účelem.

⁶⁰ [Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 12. 1. 2011 [cit. 2011-03-05]. Kazuistika. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Kazuistika>>.

⁶¹ [Http://www.slovník-cizích-slov.cz](http://www.slovník-cizích-slov.cz) [online]. Poslední úpravy 1. 1. 2011 [cit. 2011-03-05]. Slovník cizích slov. Dostupné z WWW: <<http://www.slovník-cizích-slov.cz/?q=kazuistika&typ=0>>.

*Kazuistiky jsou dnes neodmyslitelnou součástí obsahu většiny kvalitních světových časopisů. Stávají se zdrojem nových informací a mají i neodmyslitelnou vzdělávací funkci pro každého z nás.*⁶²

7.5.1. Kazuistika Moniky B.

Moniku znám a trénuji s ní sedm let. Začala jsem s ní hrát ve starších žáčkách (věková kategorie 12-15). Monice bylo 9 a mně 14let, když jsme spolu začaly hrát. Hráčka mladší může hrát i za tuto kategorii „pokud na to má“, což Monika měla. V té době jsem ji brala jako „škvrně“, co si jde s námi zahrát, ale všimla jsem si u ní snaživosti a zápalu do hry. V době, kdy začala hrát za dorostenky, ve svých 13 letech, (věková kategorie 15-18 let), jsem zaregistrovala její značné úspěchy v mladších a starších žákyních. Monika začala být bezkonkurenčně nejlepší útočnicí v dívčích oddílech v našem oddíle. Její nadání se začalo rozvíjet, Monika neměla problém naučit se novou taktiku či střeleckou dovednost na tréninku a aplikovat ji v následujícím zápase.

V době, kdy jsem plánovala psát svoji bakalářskou práci o nadaných dětech z oblasti sportu, se ihned stala mým favoritem Monika.

Teprve když jsem se o její osobnost začala zajímat podrobněji, zjistila jsem, že její začátky sportovní kariéry nebyly nejlepší díky nedostatku důvěry trenéra. Monika byla podle mého názoru nadaným dítětem, které si své nadání muselo rozvíjet a „vydřít“ si podporu trenéra. Jakmile si tuto důvěru vydobyla, což bylo asi ve 12, stala se pro něj velmi nadaným dítětem a její nadání se plně začalo vyvíjet a uplatňovat.

Rozhovor

Monika B. pracuje prvním rokem ve Škodě Auto, po vystudování střední odborné školy Škoda Auto, obor mechanik seřizovač. Bydlí stále u rodičů na vesnici, má jednoho sourozence, bratra. Rodiče spolu žijí přes 22 let.

Jako nadané dítě ji nikdo neoznačil do deváté třídy. Na druhém stupni základní školy se její sportovní nadání rozvinulo, čehož si všimli učitelé a trenéři, a začali usuzovat o jejím jednoznačném nadání.

⁶² Proč a jak psát kazuistiku. *Psychiatrie pro praxi*. 2003, 4, s. 186.

Matka a otec jsou na ni hrdí a říkají, že Monika má sportovní talent a finančně ji ve sportu podporují. To, že jsem si vybrala Moniku jako nadané dítě, rodiče i ji samotnou velmi potěšilo a příjemně překvapilo. Monika nedokázala označit někoho z rodiny, po kom by mohla své nadání zdědit. Já se domnívám, že fyzické předpoklady mohla získat od prarodičů, kteří byli zdatní zemědělci. O plánech do budoucna si s rodiči Monika moc nepovídala, poněvadž se většinou rozhodovala sama. A když dostala nabídku na hostování do prvoligového družstva žen v 17 letech, rodiče byli velmi rádi a dceru podporovali. Monika před důležitými zápasy nepotřebovala soustavný trénink. Stačilo jí udržet si fyzickou kondici a na zápase předvedla skvělý výkon, a tak je to i dodnes.

Na házené neměla pocit, že by vynikala. V tomto ohledu si myslím, že je Monika příliš skromná, protože od 14 let se stávala nejlepším střelcem a útočníkem středočeské oblasti a svému týmu získávala vítězství. Mimo házenou se zúčastňovala školních soutěží, hod míčkem, štafety, skoky do dálky, plavání, přespolní běh, různé dlouhé běhy, basketbal, volejbal,...ve většině těchto aktivit se Monika umísťovala v horní tabulce „žebříčku“ a některé i vyhrávala.

Na tréninku jí vadilo, když se opakoval pořád stejný průběh trénování a když se dělaly v kuse „výšlapy“ (cvik při střelbě na bránu) půl hodiny, které Monika perfektně ovládala. Nevadí jí, že některé prvky se opakují kvůli pomalejším jedincům, ostatním i radila, jak to mají dělat. Monika si zvládne povídat se spoluhráčkami během tréninkového cvičení a přitom následný úkon zvládnout po jednom „lehkém okouknutí“.

Monika je v kolektivu oblíbená, baví se s každým z družstva a nemá k nikomu žádné výhrady. S házenkářkami trávila veškerý volný čas, byly a jsou to pro ni dobré kamarádky a přítelkyně.

Pro Moniku byla házená vždy na prvním místě, všechnen čas a energii věnovala jen jí. V posledních dvou letech má ale problémy s ramenem, které při větší námaze nevydrží a utrhne se. To Moniku přimělo si vybrat. Buď bude dál hrát v útoku a riskovat utržení ramene, anebo se z ní stane obránce, kterému toto zranění nehrozí. Monika si vybrala pozici obránce, přimělo ji k tomu nejen rameno, ale i jiné faktory a fakt, že házenou se neužíví. Nyní je pro Moniku házená koníčkem, který opravdu miluje a chce v něm něco dokázat, ale nemůže mu věnovat tolik času jako dříve.

Kazuistika dobře vystihuje výsledky výzkumu, zejména v Moničině hodnocení sama sebe jako průměrné hráčky. Dále výzkum ukázal shodu, že házená je důležitým článkem života Moniky B. a rovněž tak dotazovaných dětí. Potvrdil se i předpoklad, že děti potřebují být motivovány, aby měly lepší sportovní výsledky.

Názory trenérů

Monika je cílevědomá, houževnatá, na hřišti málokdy něco vypustí. Jde za vítězstvím i za cenu zranění. Je to osobnost, která když má stejný cíl jako trenér, nechá na hřišti duši, když se cíle rozcházejí, některé věci může sabotovat.

Názory spoluhráček

Spoluhráčky říkají, že Monika má talent a je velmi cílevědomá. Občas za ní chodí spoluhráčky, aby jim s nějakým prvkem pomohla, a ona to ráda udělá. Jen někdy, když nemá náladu, tak jí nikdo nepřinutí, aby se snažila. Vidí ji jako spoluhráčku, která je „tahoun“ všech, i když ona sama si to nepřipouští. Hodně se na ni spoléhalo, když byla v útoku, všichni věděli, že Monika vždycky góly nahází. Málokdy se jí gólově nedařilo nebo neměla svůj den, ale v tom případě dokázala podpořit a „vyhecovat“ ostatní útočníky k dávání gólů.

Jako člověk je velice komplikovaná a není jednoduché se jí dostat pod kůži, má v sobě hodně emocí a pocitů, i když je na sobě nenechává znát. A když je nechá proudit, je to velká „sluneční erupce“.

8. Doporučení a návrh opatření

Výzkum přehledně uvádí, jak děti uvažují o svém nadání, jak se hodnotí ve fyzických výkonech a jaké je jejich sebepojetí. Navrhuji pro praxi:

- V první řadě je třeba zdůraznit fakt, že česká házená je uznávaným sportem, ale je v zásadě amatérská. Amatérská, protože můžete být sebelepší a dostat se do první ligy, či stát se nejlepším útočníkem republiky, ale to je vše. Jelikož se národní házená hraje jen v České republice, není možnost dostat se do vyšších soutěží a hrát s mezinárodními družstvy. Z toho vyplývá, že kariéra jako profesionálního házenkáře s obrovskými honoráři zde není.
- V tomto herním principu se žádné změny nemohou dělat. Skvělé by bylo, kdyby se hráči mohli živit sportem, ve kterém jsou dobří, ale zde to není možné. Jediným poznatkem v tomto případě je, že pokud u dítěte zjistíte nadání či talent a budete chtít, aby dosáhlo výsledků ve své sportovní kariéře, přeřaďte ho z národní házené do mezinárodní.
- Mohlo by se zlepšit financování házené ze strany Sokola a měst. Sokol a města přispívají na činnosti sportovních oddílů, ale je to jen malá část. Zbytek peněz si oddíly shánějí za pomoci sponzorů nebo samy a přitom v oddílech je plno talentovaných dětí, které by rády něčeho dosáhly, ale kvůli finančním požadavkům na dopravu se nemohou zúčastnit různých turnajů.
- Výsledky průzkumů ukázaly, že některé děti se velmi podceňují a mají nízké sebevědomí. To by se rozhodně mělo změnit. Trenér by podle mého měl rozumět dětským potřebám a určitě by měl umět pracovat s dětským sebehodnocením. Ideální by bylo, kdyby každý trenér měl základy psychologie nebo trenérský kurz, pak by se nemohlo stát, aby dítě označilo všechny otázky kolem sebehodnocení za negativní. Z pohledu trenéra vím, že pokud chcete herně něčeho dosáhnout, nemáte čas na individuální pocity všech dětí, ale pokud chcete být dobrým trenérem, jako jsem chtěla být já, staráte se o všechny své svěřence stejně. Trenéři mohou do tréninku například zapojit aktivity na důvěru a utužování kolektivu. Jsou to hry jednoduché a mohou se udělat fyzicky náročnější, aby splnily podmínky tréninku.

8. 1 Návrh aktivit pro tréninky:

V této část navrhuji následující dvě aktivity, které jsem vyzkoušela v praxi. Aktivity zlepší a podpoří týmovou práci, fyzickou zdatnost a obratnost.

Motýlci

Jako první příklad uvádím upravenou „rozehříváčku“. Máme klasickou „rozehříváčku“ Motýlci. Při této aktivitě děti mají brčka, kterými nasávají barevné papírky svého družstva a nosí je do kelímku, který je o kousek dál. Na trase je vždy jeden hráč z každého družstva, po doběhnutí se střídají. Vyhrává družstvo, kdo má více přenesených barevných papírků.

Aktivitu je třeba pro větší nadšení a „hecování“ nechat v soutěžním duchu. Trasu, kterou družstvo běhá, předěláme, aby vyhovovala tréninkovým požadavkům. Trasu můžeme: prodloužit, přidat překážky – lavičky, kužely, sníženou švédskou bednu,...

Po následující aktivitě bych udělala krátký debriefing pocitů za pomoci mluvícího předmětu (kdo drží předmět, může mluvit). Zeptáme se na pár zvolených otázek typu: Líbila se vám aktivita? Jak jste se cítili při spolupráci s ostatními? Přinesla vám aktivita něco nového? Co byste příště udělali jinak?

Díky tomuto krátkému rozboru pocitů dětí můžeme zjistit přínos aktivity a aktuální pocity z aktivity.

Koberec

Jako další uvádím možnost přepracovat hru Koberec. Koberec je aktivita, kde si všichni stoupnou na kus látky a snaží se ji otočit na druhou stranu, aniž by někdo šlápl na zem. Pro trénink jsem vymyslela toto:

Připravíme švédskou bednu místo látky. Můžeme provést zarámování, jsme na létajícím koberci a potřebujeme přeletět na jinou budovu. Přelet trvá 20 vteřin. Nejprve se tam všichni musí „naskládat“ a potom se stopuje 20 vteřin.

Aktivita je zaměřená na spolupráci, děti se musí přidržovat a pomáhat si nahoru, ale také na fyzickou vytrvalost svalů. Plocha švédské bedny je malá, a když máte větší počet dětí, musí spolu hodně spolupracovat a používat svaly. Podle množství dětí můžete určovat čas přeletu, tzn. výdrž na bedně za spolupráce ostatních.

Aktivita je zábavná a účastníci si ani moc neuvědomují, jak moc velké úsilí musí vyvinout.

Po ukončení uděláme krátký debriefing pocitů a přínosů z aktivity.

IV. Závěr

Cílem práce bylo zjistit, jak děti různého věku vnímají proměny motivace a seberealizace ve vztahu k jejich sportovnímu nadání, jaké jsou charakteristické motivy pro své zapojení do aktivního sportování a co jim sport přináší. Motivace a seberealizace se ve vztahu ke sportovnímu nadání mění. Výzkum potvrdil, že děti potřebují být motivovány, poněvadž pak se zvyšuje jejich úsilí ve sportovním výkonu a jsou sebevědomější. V souvislosti s tím je nesmírně důležitá role trenéra jako volnočasového pedagoga, který by měl dbát nejen na vývoj nadání, ale i na to, aby z dítěte vyrostl zdravý sebevědomý dospělý jedinec.

Bakalářská práce byla pro mě velmi přínosná, přinesla mi mnoho nových a obohacujících teoretických i praktických zkušeností. Základem pro mě byla zkušenost z praxe jako trenéra a znalost prostředí házené. Odborná literatura mi velmi pomohla v teoretické části. Díky tomu jsem dostala možnost nahlédnout do velké škály různých knih a mohla jsem porovnávat různé přístupy.

V teoretické části jsem se zabývala sportem, sportovní historií, typologií sportů a rozdíly maskulinity a feminity ve sportu. Přiblížila jsem národní házenou neznalým, a to z pohledu historie, rozdílu s národní házenou, pravidly a systému v ní. Má práce je zaměřená na děti staršího školního věku, jejich tělesný vývoj, vývoj inteligence a pohybových schopností. Velice důležitá je osobnost sportovce, při které se nesmí zapomenout prostudovat vlohy, schopnosti, emoce, motivace a sebehodnocení. Dále se zabývám nadáním a talentem. V neposlední řadě zkoumám vnější vlivy, jako jsou rodina, škola a trenér.

V praktické části jsem si stanovila předpoklady, které jsem podle dotazníku zkoumala a vyhodnotila. Z prvního předpokladu vyplynulo, že některé děti se velmi podceňují a pro některé není kolektiv, ve kterém se nalézají, ideální. Děti často spojují své sportovní nadání s působením ve sportovních oddílech. Druhý předpoklad poukázal na fakt, že děti pro dobré výkony potřebují uznání a pomoc rodiny. Třetí předpoklad jednoznačně potvrdil, že dětem se zvýší sebevědomí po úspěšném výkonu. Tato zjištění jsou důležitá pro práci trenérů. Všechny získané zkušenosti jsou pro mne velkým přínosem a napsání bakalářské práce se pro mě stalo vyvrcholením studijního snažení.

Pokud tato práce pomůže alespoň jednomu dítěti, aby ho pedagog volného času více poznal, bude to pro mne velký úspěch.

Seznam použitých zdrojů

ATKINSON, R. *Psychologie*. 2., aktualiz. vyd., v Portálu 1. Praha: Portál, 2003. xxiii, 751 s. ISBN 80-7178-640-3.

BLATNÝ, M.; PLHÁKOVÁ, A. *Temperament, inteligence, sebepojetí: nové pohledy na tradiční témata psychologického výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Psychologický ústav AV ČR; Tišnov: SCAN, 2003. 150 s. ISBN 80-86620-05-0.

ČÁP, J.; MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2007. 655 s. ISBN 978-80-7367-273-7.

FONTANA, D. *Psychologie ve školní praxi: příručka pro učitele*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2003. 383 s. ISBN 80-7178-626-8.

FOŘTÍKOVÁ, J. *Talent a nadání: jejich rozvoj ve volném čase*. Aktualiz. vyd. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2009. 96 s. ISBN 978-80-86784-75-5.

HARTL, P.; HARTLOVÁ-CÍSAŘOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*. Vyd. 4., V Portálu 1. Praha: Portál, 2010. 797 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

HARTL, P. *Stručný psychologický slovník*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. 311 s. ISBN 80-7178-808-1.

HŘÍBKOVÁ, L. *Nadání a nadaní: pedagogicko-psychologické přístupy, modely, výzkumy a jejich vztah ke školské praxi*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. 255 s. ISBN 978-80-247-1998-6.

CHARVÁT, M. *Sociální aspekty sportovních aktivit*. Brno: Paido, 2002. 52 s. ISBN 80-7315-029-8.

KASSIN, Saul M. *Psychologie: [čítí a vnímání, vědomí, určení a paměť, myšlení a jazyk, příroda versus prostředí...]*. Vyd. 1. Brno: Computer Press, 2007. xxiii, 771 s. ISBN 978-80-251-1716-3.

MÖNKES, J.; YPENBURGOVÁ, I. H. *Nadané dítě*. Praha: GRADA, 2002. ISBN 80-247-0445-5.

NAKONEČNÝ, M. *Lidské emoce*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2000. 335 s. ISBN 80-200-0763-6.

NOVOTNÝ, F. *Stručný přehled dějin tělesné výchovy a sportu: magisterské studijní programy: bakalářské studijní programy: studijní opora pro prezenční i kombinovanou formu studia*. Vyd. 1. V Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně, 2006. 94 s. ISBN 80-7044-833-4.

PAVLAS, I.; VAŠUTOVÁ, M. *Vývojová psychologie: pro studenty učitelství a vychovatelství*. 1. vyd. I. Ostrava: Ostravská univerzita Ostrava, Pedagogická fakulta, 1999. 135 s. ISBN 80-7042-153-3.

PRŮCHA, J.; WALTEROVÁ, E.; MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. 4., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2008. 322 s. ISBN 978-80-7367-416-8.

ŘÍČAN, P. *Cesta životem: [vývojová psychologie]* : přepracované vydání. Vyd. 2. Praha: Portál, 2006, c2004. 390 s. ISBN 80-7367-124-7.

SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003. 191 s. ISBN 80-7315-047-6.

SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTLOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2006. 230 s. ISBN 80-246-1290-9.

ŠVINGALOVÁ, D. *Úvod do vývojové psychologie*. Vyd. 1. Liberec: Technická univerzita, 2006. 103 s. ISBN 80-7372-057-4.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Vyd. 1. I., Dětství a dospívání. Praha: Karolinum, 2005. 467 s. ISBN 80-246-0956-8.

Česká házená se výrazně liší. *Mladá Fronta Dnes*. 25. 06. 1999, s. 8.

Proč a jak psát kazuistiku. *Psychiatrie pro praxi*. 2003, 4, s. 186.

[Http://is.muni.cz/](http://is.muni.cz/) [online]. Poslední úpravy 4. 10. 2010 [cit. 2011-03-05]. Psychologická příprava. Dostupné z WWW: <http://is.muni.cz/do/1499/el/estud/fsp/js09/sylabus/web/pdf/6.3.Psychologicka_prip_rava.pdf>.

[Www.fitplus.cz](http://www.fitplus.cz) [online]. Poslední úpravy 11. 08. 2010 [cit. 2011-01-02]. Ženy sportovkyně - V čem dávají ženy chlapům na zadek?. Dostupné z WWW: <<http://www.fitplus.cz/trenink/zeny-sportovkyne-v-cem-davaji-zeny-chlapum-na-zadek>>.

[Www.narodnihazena.cz](http://www.narodnihazena.cz) [online]. Poslední úpravy 16.11.2010 [cit. 2011-01-02]. Dějiny národní házené. Dostupné z WWW: <<http://www.narodnihazena.cz/index.php?body=dejiny>>.

[Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 23. 8. 2009 [cit. 2011-01-13]. Vloha. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Vloha>>.

[Http://cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org) [online]. Poslední úpravy 7. 1. 2011 [cit. 2011-01-13]. Schopnost. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Schopnost>>.

[Http://www.projekt-nadani.cz](http://www.projekt-nadani.cz) [online]. Poslední úpravy 8. 11. 2010 [cit. 2011-01-17]. Mimořádně nadané dítě. Dostupné z WWW: <http://www.projekt-nadani.cz/o.php?o=o_projektu>.

[Www.trenink.com](http://www.trenink.com) [online]. Poslední úpravy 7. 12. 2010 [cit. 2011-01-18]. Psychologie: Emoce a motivace ve sportu. Dostupné z WWW: <http://www.trenink.com/index.php?option=com_content&task=view&id=1942&Itemid=274>.

Http://cs.wikipedia.org [online]. Poslední úpravy 8. 12. 2010 [cit. 2011-01-19]. Motivace. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Motivace>>.

Http://www.ftvs.cuni.cz [online]. Poslední úpravy 3. 10. 2010 [cit. 2011-02-07]. Osobnost. Dostupné z WWW: <<http://www.ftvs.cuni.cz/katedry/ppd/osoby/.../pr8%20osobnost%20sportovce.ppt%20>>.

Www.fsps.muni.cz [online]. Poslední úpravy 4. 7. 2009 [cit. 2011-02-07]. Psychologie sportu. Dostupné z WWW: <Www.fsps.muni.cz/czv/.../Psychologie_sportu_studijni_text.>.

Http://www.lirtaps.cz [online]. Poslední úpravy 18. 1. 2011 [cit. 2011-02-08]. Tělesné sebepojetí v kontextu psychosomatiky a možnosti jeho ovlivnění. Dostupné z WWW: <[Http://www.lirtaps.cz/psychosomatika/psomweb2007_2/konference_stackeova_207.htm](http://www.lirtaps.cz/psychosomatika/psomweb2007_2/konference_stackeova_207.htm)>.

Http://www.dentalcare.cz [online]. Poslední úpravy 30. 4. 2010 [cit. 2011-02-08]. Sebehodnocení v procesu rozvoje. Dostupné z WWW: <<http://www.dentalcare.cz/odbclan.asp?ctid=510&arid>>.

Http://www.msmt.cz [online]. Poslední úpravy 12. 10. 2006 [cit. 2011-02-19]. Koncepce státní politiky v tělovýchově a sportu v České republice. Dostupné z WWW: <<http://www.msmt.cz/sport/koncepce-statni-politiky-v-telovychove-a-sportu-v-ceske-republice>>.

Http://cs.wikipedia.org [online]. Poslední úpravy 19. 9. 2010 [cit. 2011-02-20]. Trenér. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Tren%C3%A9r>>.

Http://www.trenink.com [online]. Poslední úpravy 3. 3. 2010 [cit. 2011-02-20]. Osobnost trenéra jako základní předpoklad pro úspěšnou činnost práce s mládeží. Dostupné z WWW: <http://www.trenink.com/index.php?option=com_content&view=article&id=2095:uvaha-osobnost-trenera-jako-zakladni-pedpoklad-pro-uspnuu-innost-prace-s-mladei-&catid=97:uvahy&Itemid=205>.

Http://mechatronik.blog.cz [online]. Poslední úpravy 17. 2. 2008 [cit. 2011-03-05]. Metody a techniky sociologického výzkumu b). Dostupné z WWW: <<http://mechatronik.blog.cz/0802/9-metody-a-techniky-sociologickeho-vyzkumu-b>>.

Http://docs.google.com [online]. Poslední úpravy 8. 3. 2009 [cit. 2011-03-05]. Marketingový výzkum. Dostupné z WWW: <<http://files.sona-srutkova.webnode.cz/200000015673c268362/Marketingov%C3%BD%20v%C3%BDzkum.pdf>>.

Http://cs.wikipedia.org [online]. Poslední úpravy 12. 1. 2011 [cit. 2011-03-05]. Kazuistika. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Kazuistika>>.

Http://www.slovník-cizích-slov.cz [online]. Poslední úpravy 1. 1. 2011 [cit. 2011-03-05]. Slovník cizích slov. Dostupné z WWW: <<http://www.slovník-cizích-slov.cz/?q=kazuistika&typ=0>>.

Přílohy

Příloha č. 1 – Vzor dotazníku

Věk.....

Jméno.....

Dotazník	1. Rozhodně ne	2. Spíše ne	3. „Něco mezi“	4. Spíše ano	5. Rozhodně ano
1. Považuješ se za sportovně nadaného člověka?					
2. Myslíš si, že díky tvým sportovním schopnostem a výkonu družstvo dosahuje dobrých výsledků?					
3. Očekáváš od svého okolí, že tě bude chválit za výsledky ve sportu?					
4. Cítíš se důležitým členem/členkou týmu?					
5. Má intenzivní trénování výrazný vliv na tvůj výkon při zápase?					
6. V porovnání s ostatními členy/členkami družstva, považuješ se za výkonnější?					
7. Zvýší se ti sebevědomí po sportovním úspěchu?					
8. Stává se, že po sportovním úspěchu cítíš extázi (mimořádný citový stav spojený s nevnímáním okolí)?					
9. Cítíš, že díky svým sportovním úspěchům jsi ve svém mimosportovním prostředí atraktivnější než tvoji vrstevníci?					
10. Cítíš ve své rodině uznání, obdiv, hrdost blízkých na své sportovní úspěchy?					
11. Když se ti zrovna sportovně nedaří a tvůj tým prohraje, cítíš vinu hlavně na sobě?					

12. Stává se ti, že se po sportovním neúspěchu dlouho trápíš špatnými pocity (zklamání, smutek, lítost, vztek, zlost, apatie, stud)?					
13. Když bys z nějakého důvodu musela skončit se svým oblíbeným sportem, cítil/a bys v životě nudu, prázdnotu či ztrátu?					
14. Souvisí kamarádské vztahy v týmu se sportovní výkonností jednotlivých hráček?					
15. Cítíš spokojenost a hrdost, když se o tvých úspěších veřejně hovoří?					
16. Potřebuješ pro svůj dobrý pocit, aby se tvé okolí (rodina, škola, kamarádi) zajímalo o tvé sportovní výsledky?					

Děkuji za vyplnění dotazníku